翼の王国

ANA Inspiration of JAPAN | A STAR ALLIANCE MEMBER

7
ANA グループ機内誌
The Inflight Magazine
of ANA Group
July 2024
No.661

ベルギーの手仕事
Belgian Handicrafts

礼文島 北限の大地から星が湧く

翼の流儀
一流のCAを育てるインストラクター

Web「翼の王国」はこちらから

TSUBASA GLOBAL WINGS
click here! 点击这里!

ご自由にお持ち帰りください。

一生ものを訪ねて　愛知「瀬戸染付焼」

伝統と新たな感性をつなぐ ものづくりを

web版は
こちらへ

透けるような白い素地に潤いのあるブルー。明治時代にはアールヌーボーにも影響を与えたと言われている瀬戸染付焼。職人の加藤真雪さんは大きな筆を使う濃み（だみ）という瀬戸でも希少となった技法を得意とする。「筆先がお皿に触れないよう、表面張力を活かして絵具を吸い込ませます。墨絵のように一色の濃淡で絵柄を表現するこの技法を継承し、新たな感性を取り入れながら国内外に瀬戸染付焼をもっと伝えていけたら」と加藤さんは言う。ザ・パークハウスも思う。ものづくりへの知見や想いを継承しながら、時代に合わせた新しい感性を持ち合わせるマンションでありたいと。そして、暮らす方々にとって、かけがえのない一生ものであり続けたい。

染付銀彩　木蓮9寸皿

一生ものに、住む。
ザ・パークハウス

The Parkhouse

7

2024
July
表紙／ベルギー（写真／秋田大輔）

CONTENTS

翼の王国

写真／秋田大輔（ブリュッセル：ベルギー）

写真／国枝慎吾（全米テニス協会「ナショナル・キャンパス」：フロリダ）

004 ごあいさつ

007 社員が見つけた! Local Premium通信

010 旅の出会い インド／鶴田真由

012 松丸亮吾の謎解きde世界一周 フィリピン

014 国枝慎吾 **新連載** オーランドの空の下で

017 雲の上の診察室／清水俊彦

018 **特集** ベルギーの手仕事 Belgian Handicrafts

034 花、旅、人 石垣島のオーガスタ／赤井勝

036 快適な空だけの旅 山口宇部空港／パラダイス山元

038 **特集** 礼文島 北限の大地から星が湧く

054 ニッポン47妖怪さんぽ 長太郎河童:福岡／森井ユカ

058 旅するお取り寄せ 八ヶ岳／小林聡美

062 旅で潤う 常滑りんくうビーチ／笹野美紀恵

064 翼の流儀 A New Ambitious Story 一流のCAを育てるインストラクター

070 おべんとうの時間 長崎／阿部了・阿部直美

074 ライト、フライト お土産嫌い／平松洋子

078 郵便飛行

079 アンケートご協力のお願い/バックナンバー販売のお知らせ

080 翼ニッポン探訪

082 ANA GROUP INFORMATION

094 ANA STORE@SKY案内、国際線機内販売 商品ラインアップ

102 機内オーディオ/ビデオ番組案内

104 ANAグループ航路図

写真／柏倉陽介（礼文島）

翼の王国　No.661　2024年 7月1日　発行：ANA『翼の王国』編集部　〒105-7140　東京都港区東新橋1-5-2　発行人：全日本空輸株式会社　制作：株式会社 光文社
編集統括：田邉浩司　編集人：二村勉史　スーパーバイザー：山下マヌー　編集：中野桜子、山下美咲、仲本剛、服部広子、小嶋美樹、高田真莉絵、藤沢緑彩、斉藤素子
デザイン：カメガイデザインオフィス／松澤順一郎、石川直美　スタジオギブ／山本雅一、野崎二郎、近藤礼彦
トリムデザイン／塚原敬史　attik／橘田浩志　横山希　エス・デザイン／鈴木マサユキ
編集協力：株式会社キャストネット／川元賢司、所裕子　印刷：共同印刷株式会社
【記事に関するお問い合わせ】株式会社 光文社　tel 03-5395-8150
【広告に関するお問い合わせ】ANA X株式会社　ライフサービス事業推進部　ml_notice_anamedia@ana-x.co.jp

©All Nippon Airways／Kobunsha2024　本誌掲載の写真・記事の無断転載および複写を禁じます。本誌に記載されている価格はすべて税込み価格です。

◉毎月1日以降に表紙や各ページのQRコードから リンク先への遷移が可能になります。

全日本空輸株式会社
代表取締役社長
井上慎一

安全への誓い

向日葵が、夏雲とまばゆい青空に映える季節となりました。

7月はANAが決して忘れてはいけない、1971年の雫石事故と1999年のハイジャック事件が起きた月です。そのため、7月を「航空安全推進・航空保安強化月間」と定め、私たちの守るべき「安全」を見つめなおす大切な期間としています。

ANAでは、社員一人ひとりがいついかなるときも、プロフェッショナルとして安全最優先の行動を取れるよう、日々の厳しい訓練はもちろんのこと、失敗から学び、気づく力を養う疑似失敗教育や、VR・360度カメラを活用した危険予知訓練の実施など、訓練を常に進化させてきました。同時に、航空機に緊急事態が発生した際、搭乗している社員が客室乗務員をサポートし、お客様の援助・誘導を実施するための、「航空機からの緊急脱出研修」をグループ全社員が定期的に受講することで、お客様に安心してANA便をご利用いただける環境を整えています。

一方、これまでの安全の常識が通用しない事例も増えてきました。例えば、世界的な気候変動の影響で荒々しさを増す天候は、新しい空の安全への脅威のひとつとなっています。そこで、ANAでは3D気象アプリ（ARVI）の活用や、「IATA Turbulence Aware」のプラットフォームで得られる乱気流のリアルタイムデータを活かした運航、各空港

→目次に戻る

で蓄積したデータやベテラン社員の知見を収集・分析し、台風予測精度を向上させるなど、社内・社外の多くの方と協力しながらデジタルと人の力をフルに活用し、運航の安全をより確実なものとする努力を重ねています。

安全への取り組みを愚直に続けることと、環境に合わせ安全への対応をアップデートすること。この「継続と進化」の積み重ねこそが、安全を守るための基盤です。緊急事態に直面した社員が、誰かに言われずともANAの安全理念に基づき、お客様や仲間のために的確な判断を行い、自信を持って行動に移せる。これこそが、私たちが目指す「安全の文化」であり、この文化を未来へ継承していくことが、社会への責務である安全を守る、私たちの使命だと考えています。

今年も7月には、変わらない安全、変わりゆく安全の取り組みについて、経営層から新入社員まで、国内外の社員で広く共有し語り合う場である「TALK SAFE」を開催します。この取り組みも、開始から30年以上経ちました。今後50年、100年と続けていくことで、確実に安全文化を継承、発展させてまいります。

私自身も、ANAが過去に起こした事故の現場をこの夏も訪問し、安全への想いを新たに、より強固にしていく所存です。七夕の短冊に毎年想いを込めて書く「安全」の二文字を守るため、全社員で一便一便に魂を込めて安全運航を堅持してまいります。

いよいよ夏休みシーズン。今月も機内にて、皆さまの笑顔にお目にかかれますことを、社員一同楽しみにしております。

沖縄・小浜島の天の川（写真提供：はいむるぶし）

THE LEADING HOTELS OF THE WORLD®

エスパシオ 箱根迎賓館 麟鳳亀龍
〒250-0404 神奈川県足柄下郡箱根町宮ノ下72
WWW. HOUOH. JP

WEB

VIDEO

社員が見つけた！ *Local Premium* 通信 vol.21

絶品フードに美食レストラン、
隠れた絶景から伝統を受け継ぐ逸品まで……。
世界各国・日本各地を飛び回るANAグループ社員が
“ちょっと特別”な口コミ情報をお届けします。

“食通”な社員による全国グルメ特集！

平岡 靖隆／ひらおか やすたか　羽田空港を発着する国際線機内食の搭載に関わる機側作業責任者。趣味は旅行、ゴルフ、野球観戦で東京ヤクルトスワローズのファン。旅先での“美味しい物探し”にも余念のない私のおすすめを紹介します。

わざわざでも足を運びたい名物のお好み焼き

広島・広島

広島市にある『薬研堀 八昌（やげんぼり はっしょう）』のお好み焼きが絶品です。「八昌」と名前が付くお好み焼き店は広島県内にいくつかありますが、私はここのお好み焼きが一番好きです。ソースの香ばしさと、カリッと焼けたそば入りのお好み焼きが癖になる美味しさで、これを食べたいがために広島に足を運ぶほど！　一品料理もどれも美味しいので、ビールと一緒にぜひ試してみてください。

希少価値の高い池田牛のステーキ

北海道・池田

とかち帯広空港から車で約50分、JR根室本線の池田駅前にお店を構える『レストランよねくら』の池田牛のステーキは、肉が驚くほどやわらかく、口の中で溶けてしまう感動の逸品です。池田牛は生まれも育ちも加工もすべてが池田町内で行われる希少価値の高いブランド牛。このステーキを格安で食べることができるランチや、テイクアウトのステーキ弁当がおすすめですが、混みあう時間帯は弁当の対応が難しい場合もあるので、事前にお店に問い合わせてみてください。

暑い季節に食べたいフルーツたっぷりのかき氷

京都・京都

京都駅の隣、梅小路京都西駅から徒歩約10分。観光名所「島原大門」のすぐ隣にあるかき氷専門店『鹿の子（かのこ）』は、夏には猛暑日を記録することも珍しくない京都を訪れた際におすすめのお店です。フレッシュフルーツから手作りされたシロップと果肉がたっぷりのったかき氷は、見た目にも美しくどれも人気ですが、私のお気に入りはメロンとイチゴ。季節によって食べられる種類も異なり、何度でも足を運びたくなる美味しさです。

広告 Advertisement

Shinkumi Bank 信用組合 しんくみ

第15回

小さな助け合いの物語賞

「私も見つけた、小さな助け合い。」
あなたの体験をストーリーにしてみませんか。

エッセー・作文募集

第14回 しんくみ大賞

私の大好きな町

佐伯 理奈（16歳）

「スミさーん、大丈夫？ 私が運ぶよ。」私は前を歩いている荷物を持ったおばあさんの背中に声をかけた。「あ、理奈ちゃん、おかえり。」スミさんが振り返って、立ち止まった。私は小走りで近寄り、スミさんが手に持っていたエコバッグを預かった。2リットル入りのミネラルウォーターのペットボトルがちらっと見えた。「あらあら、重かったでしょ？ じゃあ、行こう。」私はそう言って、スミさんと歩き出した。

この町で生まれ育った私には、挨拶を交わす「ご近所さん」がたくさんいる。「あ、理奈ちゃん。今日もお疲れ様です。」スミさんのエコバッグを持つ私を見て、敬礼しながら声をかけてくれたのは高木さんだ。「ただいまです。お荷物運搬中です。」私がおどけて答えると、高木さんは、「理奈ちゃん、病院の予約、しっかり取れていたよ。」とおっしゃった。高木さんが通院している病院は、診察時間のインターネット予約が可能になったが、予約の取り方が分からない高木さんは、今まで通り、朝一番に病院に行って並んでいたらしい。数日前にその話を聞いた私は、高木さんのスマホで一緒に「診察予約の練習」を……（後略）

上位入賞作品を
パラパラ動画でご覧いただけます。

応募期間	2024年 6月1日(土)～9月6日(金) ※9月6日(金)必着
主催	一般社団法人　全国信用組合中央協会
協賛	全国信用協同組合連合会・全国信用組合企業年金基金
後援	金融庁・文部科学省・金融広報中央委員会

“しんくみバンク”信用組合は「助け合い」から生まれた金融機関です。

テーマ	実体験をもとにした「小さな助け合い」 ●誰かに助けてもらったときの感謝の気持ち ●助けたことで得られた豊かな心 ※家族や友人、同僚など身近な関係の助け合いは対象外。
作品賞	しんくみ大賞 ― 1編／賞状・副賞(商品券20万円分) しんくみきずな賞 ― 1編／賞状・副賞(商品券10万円分) 未来応援賞※ ― 2編／賞状・副賞(図書カード5万円分) ※未来応援賞は、18歳以下(2025年3月31日時点)に贈られる賞です。 ハートウォーミング賞 ― 最大15編／賞状・副賞(商品券1万円分)
応募方法	応募方法は、こちらの応募サイトへ 一般社団法人　全国信用組合中央協会

海外編

社員が見つけた!
Local Premium 通信 vol.21

“マレーシア便”担当社員による マレーシア特集！

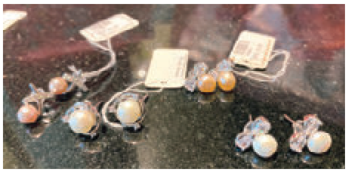
栗山 薫／くりやま かおる　国際線のチーフを担う客室乗務員。現在は佐賀県庁出向中。2022年度は担当として月に3回ほどマレーシア線に乗務。2人の子どもたちを連れて家族旅行で訪れることもある、大好きなマレーシアを紹介します。

子連れ旅行におすすめの 科学館と水遊び場

マレーシアは常夏なので日中の暑い時間帯は涼しい室内で過ごすのがおすすめ。子ども連れの旅行の際にぜひ訪れてほしいのが、ショッピングモール「Suria KLCC」の４階にある『PETROSAINS』です。ここは子ども向けの科学館ですが、鉱物やエネルギー資源などの SDGs について考えるコーナーやレーシングシミュレーションもあり、大人も楽しめます。日が陰ってきた午後には、「KLCC パーク」の水遊び場に足を運ぶのが定番。夕方以降はホテルに戻り、プールでのんびり過ごすのも贅沢な時間です。

新鮮なシーフードとお粥の 絶品蒸し料理

マレーシアには美味しい食べ物もたくさん！　19世紀には英国領だった文化も残りつつ、華僑、インド系、マレー系などさまざまな文化と料理が集まった食の宝庫です。なかでも大好きなお店が、蒸し料理専門店の『蒸時代 Steam Era Seafood Restaurant』。鍋の底に生米を入れ、上の蒸し器で水槽から選んだ新鮮な魚介や野菜を蒸していただきます。調理の過程でダシが下に落ちて最終的にお粥ができ上がるのですが、それもまた絶品です。



チョコレートや紅茶、サンダルなど お気に入りのお土産たち

スーパーやモールで手に入る食品は、ばらまき土産に最適。マレーシアを代表するチョコレートブランド「Beryl’s Chocolate」が定番ですが、マレーシア最大の紅茶園・キャメロンハイランドで摘まれた「BOHティー」もイチオシです。ライチローズのフレーバーが人気ですが、我が家の子どもたちはカフェインレスの「BOHストロベリーラズベリー」が大好き。一袋40円ほどで手に入るヒマラヤ岩塩を使ったキャンディや「fipper」のサンダル、ボルネオ島のパールを使ったパール製品もリーズナブルでお土産に人気です。

世界を巡る才人が旅先で出会った、
忘れえぬ光景を綴る。
第4回はマルチに活躍する俳優のこの人

旅の出会い

インド/ティルヴァンナーマライ

Vol.4 写真・案内人
鶴田真由

→目次に戻る

「Silence of India」――。そう銘打った展覧会の写真を撮影するために、私は2017年、南インドにあるティルヴァンナーマライという町を旅しました。

混沌、乱雑、そして、喧騒……。多くの人が抱くインドのイメージは、おそらくそのようなものではないでしょうか。確かに、いまや世界一の人口を抱えるインドは、皆さんの印象そのものの国です。でも、そのインドにあって、集う人々が沈思黙考している、まさにSilenceな世界が存在します。

シヴァ神を祀る山・アルナーチャラの麓の町・ティルヴァンナーマライは高名な聖者、ラマナ・マハルシが暮らした聖地です。そして、この町には、彼が開いたアシュラム（瞑想道場）があります。ここでは、走り回ったり、大きな声を発するような者は一人としていません。世界中から集まった人たちは静かに自分と向き合っています。そして、どこからか入り込んだ動物たちも。その動物たちを人々は決して追い出そうともしない。アシュラムのなかは静寂とピースフルな空気に満たされていました。

この写真は、まさにそのアシュラムの内部。

物静かに内観を続ける女性、彼女と絶妙な距離を取りながら眠りにつく犬、そして、彼女たちのことを何も語らず、優しく見守る聖者の顔……。三者が織りなす静謐なひとときを目の当たりにして、私は瞬間的にシャッターを切ったのです。

Profile

つるた・まゆ

映画、テレビドラマ、舞台、CMなどの活動のほか、旅番組、ドキュメンタリー番組への出演も多い。近年はドラマ『らんまん』『自転しながら公転する』、映画『ノイズ』『やがて海へと届く』などに出演。2017年カメラマン小林紀晴氏とのコラボ写真展『Silence of India』を開催、同時に同タイトルの写真集を赤々舎より発刊。

謎解き de 世界一周 22

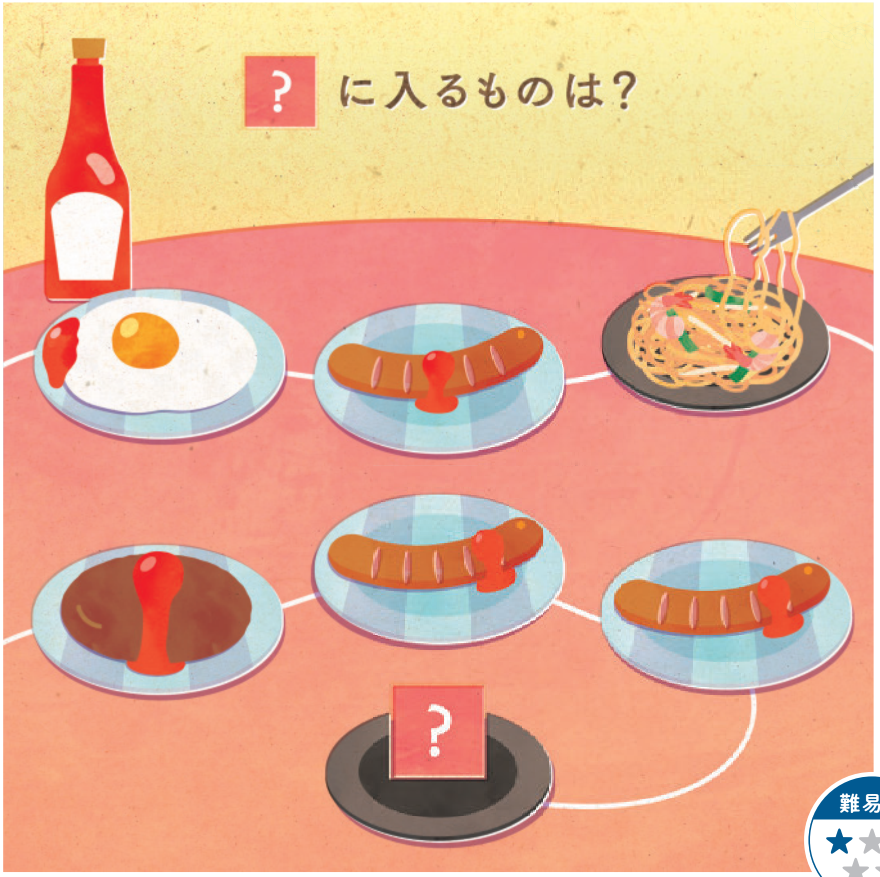
松丸亮吾＆
謎解きクリエイター集団
RIDDLER（リドラ）が
ナビゲート

松丸亮吾：東京大学に入学以後、さまざまな分野で一大ブームを巻き起こす「謎解き」の仕掛け人。「考えることの楽しさ」を広めるべく東大発の謎解きクリエイター集団 RIDDLERを立ち上げ、仲間とともにあらゆるメディアに謎解きを仕掛ける。

第22回の旅行先はフィリピン！
フィリピンは大小7000以上もの島からなる、東南アジアの島国だ。一年中半袖で過ごせるくらい暖かい国だよ。セブ島やボラカイ島では、南の島のイメージにぴったりな白い砂に青い海を感じられる。実はアジアの国の中ではトップクラスで英語が通じる国でもあるんだ。英語に自信がある人はぜひ行っておしゃべりしてみよう！
さて、ここではそんなフィリピンをテーマにした問題を2問出題しよう。謎解きの旅に出発だ！

NAZOTOKI 1問目

フィリピンのケチャップは、そのほとんどがフィリピンらしいあるものを使って作られているんだ。それは何かな？



難易度 ★☆☆☆☆

ヒント 料理名、そしてケチャップがかけられている部分に注目だ！

→目次に戻る

NAZOTOKI 2問目

1000以上の丘が連なる奇妙な景色「チョコレート・ヒルズ」は、ある生き物がもとになってできた。それは何かな？

ヒント
「本」や「足」は、そのまま本や足を表すわけじゃないよ。
「いち」「ご」との関係を考えてみよう。

難易度 ★★★★☆

NEWS

松丸亮吾塾長のひらめき学習塾 リドラボ開校中！

リドラボは、これからの時代に必要な「地頭力」を育てることに特化した、小学生のための“ひらめき学習塾”です。東京大学・藤本徹准教授による監修のもと、謎解きを応用して開発した“ひらめき学習プログラム”を中心に設計しています。

謎解きのように夢中で楽しむうちに考えること自体が好きになり、自然と地頭力も育っていく、そんな学びを大切にする教室です。「考えることって楽しい！」と心から感じてもらえるようなカリキュラムを用意して、皆さんをお待ちしています。

リドラボの詳細・体験予約は リドラボ

地頭力を育てる ひらめき学習塾 リドラボ

解答は93ページに掲載しています

オーランドの空の下で

moved from Jan.2024

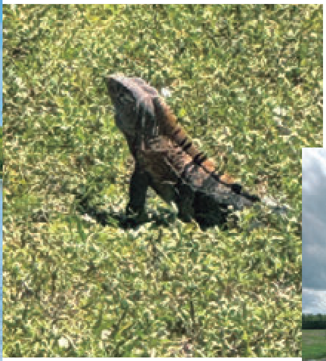
VOL.1

写真・文　**国枝慎吾**

　私は今年1月から、アメリカ・フロリダ州で妻と二人で暮らしています。オーランドにある、全米テニス協会のナショナル・キャンパスで、アドバイザーとして働きながら、英語を学んでいるのです。

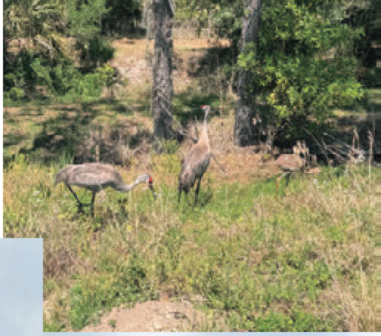
　昨年、競技から引退し「さあ、これから何をしようか」と考えたとき、真っ先に思い浮かんだのが「英語をもう一度磨き直したい」ということでした。テニス選手として世界中を転戦していたころも、それなりに英語を話してはいましたが、やはりこの先のことを考え、語学力のレベルをもう一段上げたい、そう思ったのです。

　オーランドでの楽しみは、野生動物ウォッチング。いま、妻と二人してハマっています。街中に巨大なツルが飛来するなど、この町は野生動物がとても身近な存在で、休日にはカメやイグアナ、トカゲ、それに大きな鳥などの動物を見に出かけています。先日も、ワニ見物にエアボートに乗りました。



国枝慎吾

脊髄腫瘍のため9歳から車いす生活となり、11歳で車いすテニスと出会う。四大大会とパラリンピックを制覇する「生涯ゴールデンスラム」を達成。23年1月、世界ランキング1位のまま引退。



　いっぽう、生活していて驚かされるのは、町に当たり前な存在として車いすユーザーがいること、しかも大勢いることです。'90年にADA（障がいのあるアメリカ人法）という法律が施行されたアメリカでは、民間の店舗であっても車いすユーザーが使えるトイレの設置が義務付けられています。また、障がい者用駐車場に、その権利のない人が駐車すると罰金が科せられるなど、障がいのある人の社会参加を徹底して保障しています。

　こちらに来て以来、私は外出時、事前に訪問先の状況を下調べすることもなくなりました。先日のエアボートも、個人経営の小規模施設でしたが、まったく問題なく楽しめました。このような環境が用意されていることで、車いすユーザーは積極的に外に出られますし、果たしてこちらの人たちも、車いすユーザーを特別な目で見ることもないのだと思います。

　豊かな自然、徹底したバリアフリーと、日々感動を覚えている私ですが、じつは私の気持ちをもっともアップさせてくれたもの、それは空なんです。テニスコートで澄んだ青い空を見上げては、「この感動はプライスレスだな」と連日、テンションを上げまくっています。

→目次に戻る

「翼の王国」の楽しみ方のご案内

「翼の王国」では、お客様のシーンに合わせた様々な楽しみ方をご用意しております。

ご搭乗前

〈ANAアプリ〉からデジタル版を楽しむ！

ご自身のデジタル端末の「ANA公式モバイルアプリ」から「翼の王国」をダウンロードして、ご搭乗前でも「翼の王国」をお楽しみいただけます。

※冊子形式で最新号やバックナンバーを閲覧いただけます

「ANA」アプリのダウンロードはこちらから

機内

〈冊子〉を楽しむ！

機内で紙の冊子を読みながら、ゆっくりとした時間をお過ごしください。
持ち帰って旅先のお土産としてもお楽しみいただけます。

※冊子をご希望の方は、機内の客室乗務員にお知らせください

〈個人用シートモニター〉や〈機内Wi-Fi・エンターテインメント〉からデジタル版を楽しむ！

個人用シートモニター搭載機や、機内Wi-Fi・エンターテインメント対応機では、機内でもデジタル版をお楽しみいただけます。

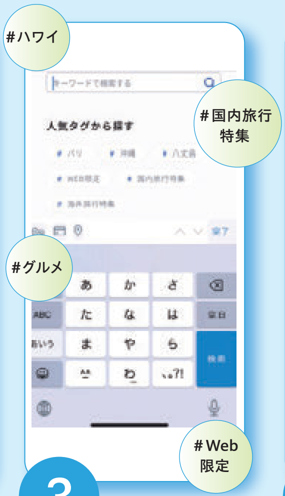
ご搭乗後／日常

〈Web版〉を楽しむ！

2022年10月よりWeb版も開始しています。最新号やバックナンバーをご覧いただけるほか、Web版だけのお楽しみもご用意しております。
ANA便にご搭乗のない月でもお楽しみいただけます。

1. 「翼の王国」取材の裏側や、Web限定のオリジナル記事を楽しむ

2. 旅特集の動画を楽しむ



3. 好きなワードやタグで過去の記事も検索して楽しむ

4. 記事に掲載された気になるお店や観光地情報をチェックして、次の旅の参考にする

Web「翼の王国」はこちらから https://tsubasa.ana.co.jp/

目次に戻る

No. 002

雲の上の診察室

脳神経外科医・清水俊彦

目覚めのコーヒーは少し甘めで

皆さんはフライト中、どんな姿勢でお休みになるでしょうか？　フルフラットのシートで横になる場合を除けば、多くの人は頭を前、あるいは横に倒して眠りについているのでは。実はこの姿勢、脳にはあまりよろしくありません。

首の骨（頸椎）の左右には「椎骨動脈」という太い血管が通っています。運動機能や、平衡・眼球運動の調節をつかさどる小脳、さらに呼吸や心拍などをコントロールする生命中枢である脳幹などに血液を送る大切な血管です。長時間、首を大きく曲げる姿勢を取り続けてしまうと、血流を妨げ、目覚めた瞬間にめまいや首・肩の痛みなどの症状を引き起こす可能性が。

そこでオススメしたいのが、「ネックピロー」。首をしっかりホールドしてくれるこの枕を使えば、スムーズで気持ちよい眠りにつけるはず。

そして、機内での仮眠から目覚めたときも注意が必要です。前回、私は「強い光の刺激は頭痛の種になる」とお話しいたしました。薄暗いシートでぼんやりとしながら窓の日よけを全開にした途端、差し込んできた強烈な光に眼が眩んだ……、そんな体験をした人も少なくないのではないでしょうか。脳を刺激しないためにも、ゆっくりと日よけを上げましょう。その点、ANAが開発から携わったボーイング787、この最新鋭機の窓に設置された「電気シェード」は素晴らしい装備です。明るさを段階的にコントロールできますし、脳への刺激の少ない明るさを保つことが可能だからです。

また、低すぎる血糖値も頭痛を引き起こします。仮眠から目覚めたら、少し砂糖を加えたコーヒーを飲みましょう。

コーヒーのカフェインによる利尿作用で、睡眠中ややむくみ気味になった脳を元に戻し、頭もスッキリ、残りのフライトも快適ですよ！

笑顔になる処方箋

**機内での仮眠にはネックピローがオススメ、
目覚めは少し甘めのコーヒーで頭もスッキリ**

しみず・としひこ　脳神経外科医。医学博士。1958年、京都府生まれ。日本医科大学医学部卒業、東京女子医科大学大学院博士課程卒業。現在、東京女子医科大学をはじめとする複数のクリニックで頭痛外来を担当し、一日あたり数百人の患者さんを診察する、頭痛研究の第一人者。著書やメディアへの出演も数多い。

ベルギーの手仕事

Belgian Handicrafts

石畳の路地、ギルドハウスが並ぶグラン・プラス広場、荘厳なゴシック様式の聖母大聖堂、郊外の美しい緑の森……。歴史と伝統が息づく美しい国、ベルギー。この国は中世から続く豊かな職人技の歴史を持つ。その起源は、ヨーロッパにおける主要な交易路の交差点であったという地理的な優位性にあり、様々な文化や技術が集積し、独自の職人技が発展。ベルギーで育った職人の技は今に伝えられ、ワークショップを通じ観光客の我々が体験することができるのだ。

取材・文：山下マヌー　写真：秋田大輔　編集：高田真莉絵

成田国際空港（NRT）からブリュッセル空港（BRU）までANA直行便（毎週水・土発）利用で約14時間半。空港から市内中心部まで電車で約20分。市内からアントワープまで同約40分。帰国はブリュッセル空港（BRU）から成田国際空港（NRT）までANA直行便を利用（毎週水・土発）。

ベルギーの伝統の技をつなぐ

Superdruk

職人技と3D技術が融合したグラフィックデザイン

16世紀、ヨーロッパで最初にして最大の印刷製本会社だったプランタン・モレトゥス社（現在は博物館）。そのモレトゥスと同じくアントワープに拠点を置く「Superdruk」。写植や輪転機といった昔のアナログ機械とコンピュータソフトを駆使。新しいプリンティングデザインのプロダクトを作成。その技術と独創性への評価は高く、ヨーロッパの各デザインアワードを受賞。デザイナーであるファン・デン・ベルグさんが目指すのは「かつてベルギーの職人たちが使っていた機械やタイポを使った手作りのもの」。その独特な製作過程はワークショップを通じて体験が可能。

Superdruk

Transvaalstraat 26, Berchem
https://www.superdruk.be

Museum Plantin-Moretus

Vrijdagmarkt 22, Antwerp
https://museumplantinmoretus.be/en

革製品に新たな命を吹き込む

マイスターから受け継いだ職人技で革製品の修理を行うクレマンティンさん。修理依頼者はハイブランドから個人まで、多岐にわたる。自分のことを「ハイブランドのマイスターから学んだ技術でどんな製品も美しく蘇らせることに専念する職人」だと語る。その彼女に「職人とアーティストの違いは?」と尋ねると「アーティストはクリエイトする人。職人は素材の知識が豊富でそれを活かしアレンジする人。あなたのすべての革製品に第二の命を与えることを約束します」。次のベルギー旅行、眠っていた革製品を携え彼女を訪ねてみてはどうだろう。ワークショップに加え、インターンを受け入れて技を伝承している(いずれも不定期)。

ATELIER Art & Cuir

Rue de la Glacière 18, Brussels

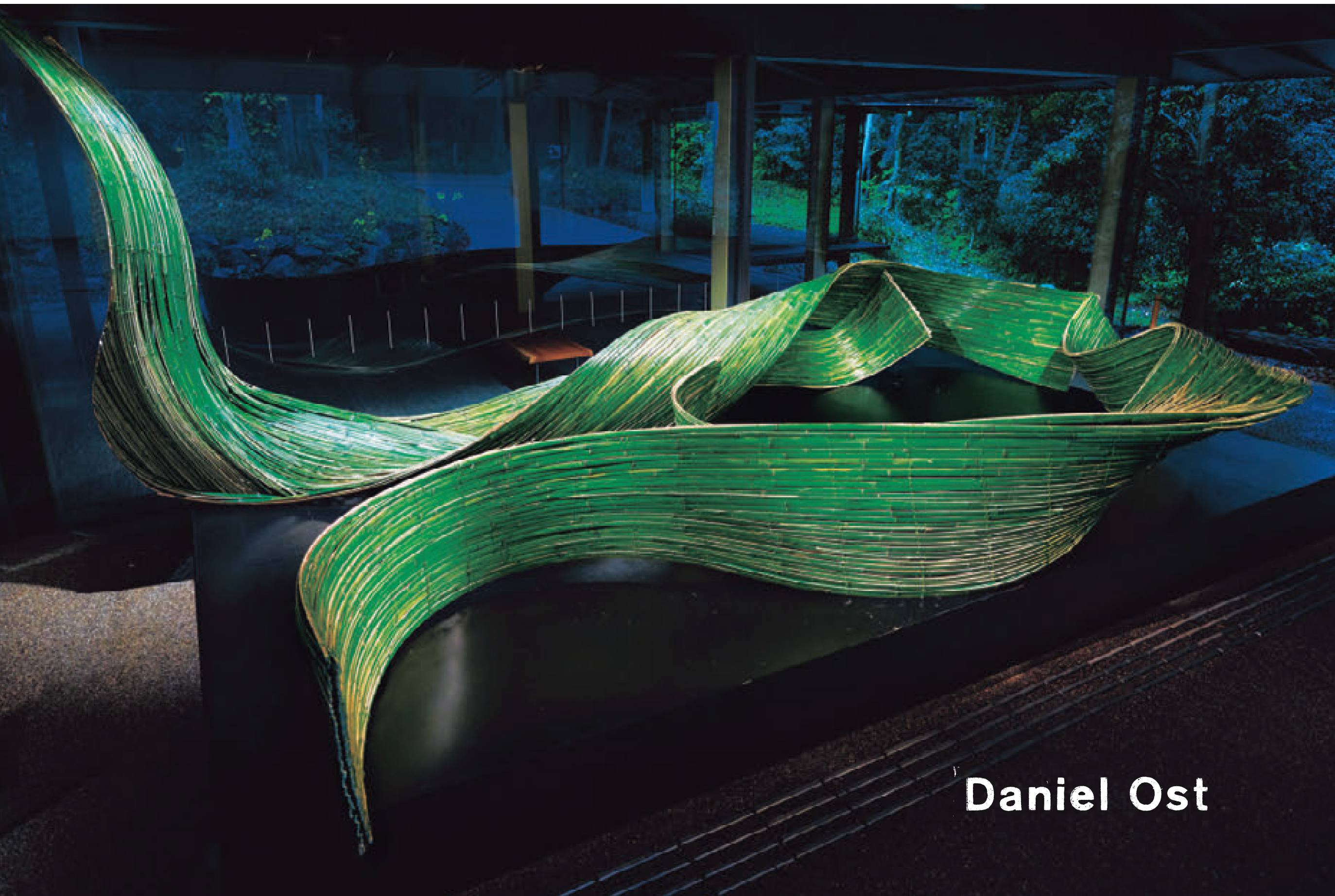
http://www.atelierartetcuir.com

伝統と革新を伝える花文化

中世から修道院で花の栽培が始まり16世紀には静物画にも描かれ、17世紀以降は球根の栽培も盛んになったベルギー。現在も花卉栽培、花束作りなど、花はベルギー文化において重要な役割を果たす。かつて花産業を支えたギルド組織は、花文化の発展に貢献してきた。伝統を守りながら革新的なデザインを取り入れるベルギーの花文化は、世界中の人々を魅了し続ける。そのベルギーを代表するフラワーアーティスト、ダニエル・オストさん。ベルギー王室の装飾をはじめ、日本のほか各国で活躍。豊かな緑に囲まれた彼のアトリエで行われるワークショップでは、世界的な権威である彼の技が惜しみなく披露され、体験することができる。

Daniel Ost

https://www.danielost.be



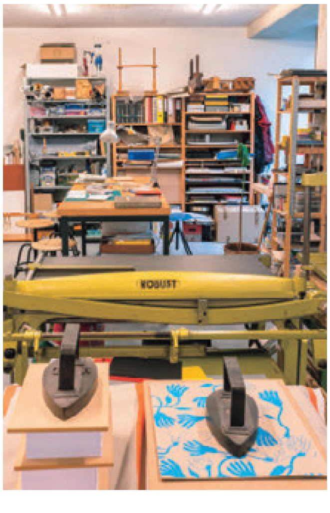
La Rivière Sèche

中世から続く製本技術を芸術作品に

ベルギーの製本技術の歴史は古く、16世紀に書籍の需要が増加し、製本技術も大きく発展。製本師はギルド組織に所属し、技を磨いてきた。その後印刷技術が進歩、製本技術の需要は減少していく。ところが近年、マニアやコレクターの間から高品質な製本技術を求める声が上がると同時に、職人や工房の中には伝統的な技を復活、継承する動きも。そんな一人が乾川達也さん。「世代を超えて培われてきた技術を大切にしつつ、製本家としてどのような芸術表現が可能か」をテーマに、製本を行う。作品のみならず、ワークショップを通じて異国の伝統技術を日本人が伝えていこうとするその姿に、喜びを感じる。

La Rivière Sèche

https://www.larivierseseche.com

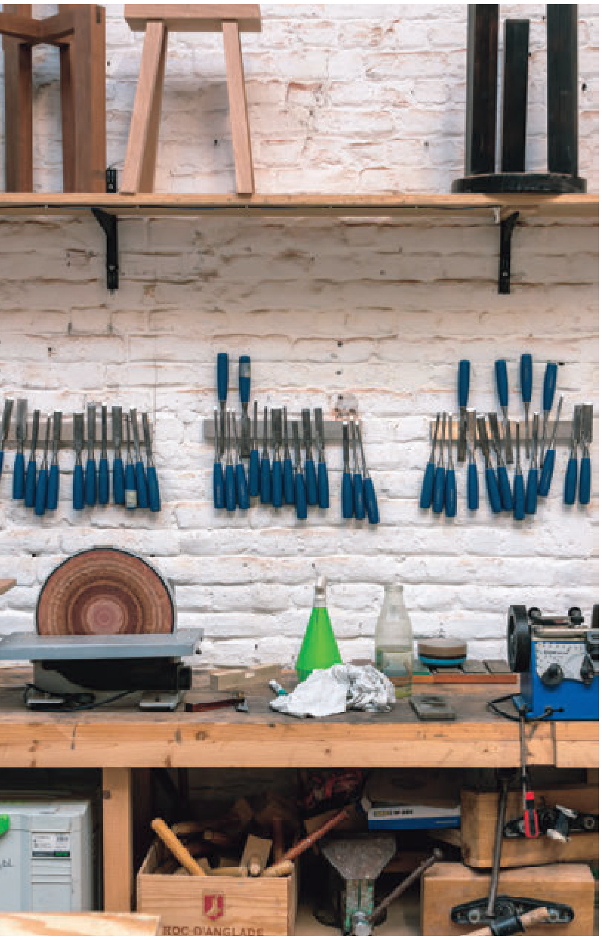


継承される木材を活かしたシンプルで丈夫な家具

ベルギーの良質な木材を巧みに使いこなして作られる家具もまた、ギルド組織の中で培われてきた伝統技術。グラインドルさんは大工をしていた母親の後を継ぎ、「硬い木材を活かしたシンプルで丈夫なハンドメイド家具」作りを目指している。その技術を支えるのは、数々の日本のノコギリとノミ。「細かい作業をするには欠かせない道具」だと彼女は語る。工房では、初心者から本格的な家具作りを目指す上級者まで、レベルに合わせたワークショップを開催。

Atelier 365

Rue Berckmans 27, Brussels
https://www.atelier365.be/


ROC D'ANGLADE

CONTIMAC

職人が世界に広げたベルギーの味

Cantillon

現存する最古のランビックビール醸造所

ランビックビールとは、中世にブリュッセル地方で生まれたビールの名称で、大気中の酵母で自然発酵させて作ったビール。その後、醸造技術が発展、100近くあったランビックビールの醸造所は、4代目オーナーのヴァン・ロワさんが営むこちらの「カンティヨン」を含め、数軒のみ。自然発酵ビールとはある意味「天に任せた製法」で作られる世界に一つしかないビール。しかもカンティヨンでの年間製造量はわずか250kℓ。醸造所内に「ブリュッセル・グース・ミュージアム」を設立し、見学者を受け入れ試飲も行う。

Cantillon

Brasserie Cantillon, Rue Gheude 56, Brussels
https://www.konishi.be/brewery/cantillon
（日本語HP・輸入元／小西酒造）

旧証券取引所に誕生、ベルギービールワールド

2023年9月、「世界一美しい広場」と称されるグラン・プラスの近くに、ベルギービールの文化と歴史を学べる、世界最大の体験型ビール博物館がオープン。旧証券取引所を改装した屋内は各展示室に分かれ、古代ビール製法、各地方のビール、ボトルやラベルの展示など興味深い内容となっている。入場チケット（大人17ユーロ）にはドリンク1杯分の料金が含まれており、ルーフトップバーでベルギービールが愉しめる。

Belgian Beer World

Boulevard Anspach 80, Brussels
https://www.belgianbeerworld.be/en

チョコレート×ビール。
ベルギー職人の味のマリアージュ

16世紀、良質なカカオが運び込まれて以降チョコレート産業が発展してきたベルギー。政府はチョコレートの品質基準を定め、高品質なベルギーチョコレートの地位の確立を目指してきた。チョコレートは、ベルギーの職人技がなせる味の芸術でもある。2021年ベストオブザイヤーショコラティエに選ばれたローラン・ジェルボーさんの店に併設された工房では、ベルギービールとのマッチングを楽しむという、ユニークなワークショップを実施。チョコレート作りに加えて、カカオ豆の配合量、ナッツやスパイスなどの素材ごとに、チョコレートとビールのペアリングの違いが体験できる。

Laurent Gerbaud

Rue Ravenstein 2D, Brussels
https://www.laurent-gerbaud.jp

Laurent Gerbaud

アート&デザインが世界に拓く
ベルギーの手仕事

Folon Fondation

フランドル派、バロック様式、前衛……。常にアートを先取りしてきた

ベルギーのアートはフランドル派やバロック様式などで知られ、その後、前衛的アートの台頭を経て、ベルギーはアートの中心地となる。20世紀後半から21世紀にかけて、デザイン界に大きな影響を与えたのがジャン・ミシェル・フォロンだ。幻想的な世界観と独特なタッチで描かれた作品は世界中のファンを魅了。新しいデザイン表現の可能性を広げた。ブリュッセル郊外の巨大農園内にある「Folon Fondation collections portal」では6,000以上の彼の作品を展示。彼の作風を継ぐアーティストによるワークショップが行われている。

Folon Fondation

Château de La Hulpe farm, Drève de la Ramée 6A, La Hulpe
https://fondationfolon.be/en/

ファッション界の俊英を送り出すアントワープ

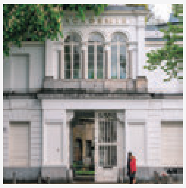
アントワープ王立芸術アカデミーは、ベルギーが世界に誇るファッションを始めとする芸術教育機関。1980年代後半ここで学んだ6人のデザイナーによる「アントワープ6」のロンドンでのステージは業界に衝撃を与え、ベルギーをファッションの中心地へと引き上げた。従来の形式に囚われないランウェイショーなど多様な試みは、現代のショーの原型を築く。マルタン・マルジェラ、「DIESEL」のグレン・マーティンスなど、多くの才能を輩出したこのアカデミーに併設されたモードミュージアムMoMu内では、ファッションに関する展示や授業、ワークショップを開催。新たな才能の発掘と育成に貢献している。

MoMu

Nationalestraat 28, Antwerp
https://www.momu.be/

世界の芸術とファッションを育てる、アントワープ王立芸術アカデミー

芸術とデザインの高等教育機関であるアントワープ王立芸術アカデミー。1663年に設立という長い歴史の中、多くの著名な芸術家やデザイナーを輩出してきた名門校として知られる。フィンセント・ファン・ゴッホが通っていたことでも知られるが、彼は入学試験に2度失敗。無試験で入れる夜間で学んでいた。



Blindestraat 35, Antwerp
https://www.ap-arts.be/en/academy

仲間と現代のギルドの設立を目指す

「EUの首都でありながら自然が豊か。加えて、伝統的な芸術だけでなくアンダーグラウンドでアバンギャルドな芸術に触れられる」という理由で、フランスから移り住んだアンナさん。ベルギーの若い陶芸作家たちとギルドを創立させ、「本物の陶芸」を広めるという野望を持つ。ワインを飲みながら行う“アペリティフワークショップ”ほか、様々なプログラムを持つ工房のワークショップはその活動の一環。

Anna Tou

Rue Edison 56, Brussels
https://annatouceramic.com

La Gadoue Atelier

職人技とデザインの融合を目指す新たな動き

自分たちを「デザイナーであり職人」と定義し、エロイーズさん（写真左・テキスタイル）とオードリーさん（写真右・セラミック）が立ち上げたスタジオ。「ベルギーの伝統である陶器や織物で職人技を継承しながら、創造性を高めていきたい」という二人の言葉は、ベルギーにおける手仕事の将来性を感じさせる。

La Gadoue Atelier

Quai des Charbonnages 78, Brussels
https://www.lagadoueatelier.com

◀「ブリュッセル特集」はWeb『翼の王国』でもお楽しみいただけます。本誌未掲載のWeb限定記事もぜひご覧ください。

TSUBASA GLOBAL WINGS

花旅人

HANA-TABI-HITO

vol.4

今月の花

オーガスタと沖縄海洋博

装花・文

赤井 勝

1975年、私は5年生のとき、人生2度目の飛行機の旅をしました。目的地は沖縄です。「2025年大阪・関西万博」の開幕が、いよいよ来年に迫ってきましたが、1965年に大阪で生まれた私にとっては、やはり「万博」と言えば1970年の「日本万国博覧会」が鮮烈な印象を残しています。会場に何度も足を運んではアメリカ館の「月の石」や、家電メーカーが出展した「人間洗濯機」をワクワクしながら眺めたことを覚えています。

そして、博覧会と聞いて思い出すのがもう一つ、その5年後に開催された海洋博「沖縄国際海洋博覧会」なのです。沖縄が日本に返還されてまだ間もないころ、ほんの数年前までは、沖縄の高校球児が甲子園に来るためにはパスポートが必要だった、そんな時代です。私はその年の夏休み、地元開催の万博以上に高揚しながら、飛行機に乗り込み、沖縄に渡ったのでした。

果たして、辿り着いた沖縄は強い日差しに青い海がきらめいていて、子ども心に「夏、そのものやな」、そう思ったのを覚えています。海洋博会場では、沖合に浮かんだ巨大な構造物「アクアポリス」に驚嘆しました。「これが未来の海上都市なんや!」と、私の胸に強烈なインパクトを残したのです。

今月、お贈りする装花は、沖縄・石垣島産のオーガスタです。

マダガスカルや南アフリカが原産で、トロピカルな空気を纏(まと)った、夏がよく似合う観葉植物、花言葉は「輝かしい未来」です。

あれからおよそ半世紀。いまや花人となったかつての小学生は、このオーガスタを生けるたびにあの日、夢見た未来に思いを馳(は)せています。感動を覚えた沖縄の、あの夏を思い出すのです。

沖縄海洋博のシンボル、日本政府が出展したアクアポリス
（写真：毎日新聞社／アフロ）

赤井　勝／あかい　まさる
65年、大阪府生まれ。花を通じ心を伝える自らを「花人」と称し、自身の飾る花を「装花」と呼ぶ。08年、北海道洞爺湖サミット会場を花で飾り、13年、伊勢神宮式年遷宮では献花を奉納。17年、フランスのルーブル王宮内パリ装飾芸術美術館で開催の「JAPAN PRESENTATION in PARIS」でも桜の装花を担当した。

→目次に戻る

パラダイス山元の
快適な空だけの旅 Vol.22

かわいい子にはジュニアパイロット

イラストレーション／ソリマチアキラ

　ちょっと遠くに住んでいた祖母の家に遊びに行くのが楽しみで仕方なかった。家に到着するなり祖母に抱きつき、めんこめんこ※してもらった後は、畳敷きの客間と居間の襖（ふすま）の溝を滑走路に見立てて、当時の最新鋭機ボーイング727のブリキのおもちゃを手に持って何度も離陸させては、家の中の部屋という部屋を「キュイーン」とエンジン音を口で再現しながら走り回って遊んでいた。今どきの子どもなら、ドローンがあたりまえなのだろうが、当時はそれが空への憧れを自分なりに表現する最先端の手段だったのだ。

　祖母＝おばあちゃんという漠然とした認識以外に、母方、父方のどういう血縁関係であるとか、子どもの頃は全く理解できていなかった。月日が流れ、大人になってから、ようやくそういうことだったのかと気付かされることもあった。大人の事情はともかく、純粋に祖母を慕っていたあの頃が懐かしい。

→目次に戻る

いよいよ待ちに待った夏休みがやってきた。ずいぶん長かったように感じる人は少なくないだろう。お隣やご近所さんの目を気にせずに、往来ができるようになった喜びは何物にも代え難い。地方に住んでいる祖父母は、何年も会っていなかった孫との触れ合いを待ち望んでいる。

時間を元に戻せたら、子どもを一人で飛行機に乗せて旅をさせてあげたかったなぁと思う。家族全員揃っての旅行が常だったパラダイス家では、自分を含めて誰一人として〝ジュニアパイロット〟の経験がない。ジュニアパイロットとは、子どもが一人で飛行機に搭乗する時に利用できるサービスのことで、出発空港は保護者1名が搭乗口まで付き添って見送ることができる。後はグランドスタッフとキャビンアテンダントが指定した席まで親切に誘導してくれる。国内線では6歳から希望により11歳まで、国際線では5歳以上12歳未満(メキシコシティ発着便は14歳未満)がANAジュニアパイロットのサービス対象だ。事前に家で子どもと一緒にANA WEBサイト「めざせ！ ひこうきキッズ★プレインはかせとミッションクリア♪」を何度も読み聞かせてあげて搭乗前の不安を払拭しておくとよい。

家の中で長時間ビデオゲームで遊ぶことに慣れている子どもにはどう感じるか。一人での飛行体験から得られる学びは相当なものだろう。不安やつらい気持ちの後の保護者の出迎えは心に深く刻まれるはずだ。

専用のネックストラップ型ホルダー「ひとりたびカード」は記念に持ち帰ることができる。部屋の壁にぶら下げて飾っておくだけで、飛行機旅の思い出が甦る。それ以上に、また飛行機に乗りたい気持ちが膨らむだろう。機内で貰える文具や風船なども大切なコレクションになろう。

「かわいい子には、飛行機で旅させよ」by パラダイス山元

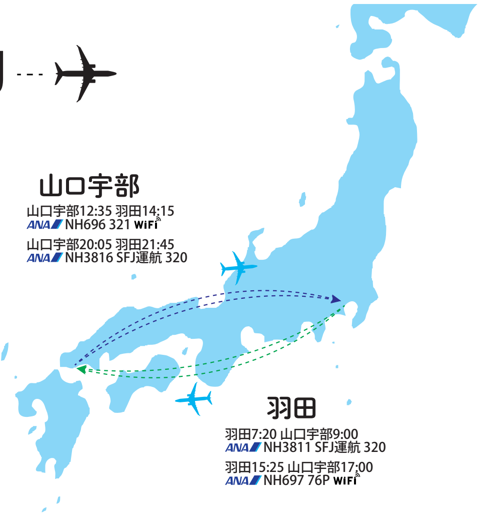
〜つづく

※北海道の方言で「頭なでなで」の意

パラダイス山元の 空港巡礼

【山口宇部空港】UBJ

ターミナルビル正面には約200品種、約1000株もの薔薇が一年を通じて観賞できる薔薇園、ターミナルビル東側には、ミニ滑走路や彫刻が展示されているふれあい公園がある。離発着機を間近で見られるスポットは、飛行機を撮影するファンで賑わう。昨年、空と空港をテーマにしたスライダー、トランポリン、ブランコなどの複合大型遊具が完成。地上約10メートルの高さのタワーからは、管制塔、空港施設、駐機している飛行機が一望できる。賞味期限2〜3日の山口銘菓「生外郎」、常温で賞味期限90日の「ブランデーケーキ」、瀬戸内銘菓「あさりもなか」はお土産の定番。長門市向津具半島元乃隅神社「むかつく半島トリィネコ」関連のグッズは秀逸。地元レストランの他、ファミリーレストランCOCO'Sの、牡蠣、河豚、あんこう、ちくわ、かまぼこ、長州鶏などのご当地メニューと地酒「獺祭」の充実ぶりが、パラダイス山元の推し。



パラダイス山元：プロ搭乗客。ANAミリオンマイラー。音楽家。餃子レストラン「荻窪餃子 蔓餃苑」オーナーシェフ。著書に『読む餃子』、英語版・フランス語版餃子レシピ本『GYOZA』、『パラダイス山元の飛行機の乗り方』『なぜデキる男とモテる女は飛行機に乗るのか？』などがある。全国各地で開催中の「皮からつくる本気の餃子教室」などの出演イベントの詳細はX(旧Twitter)で発信中。@mambon

礼文島

北限の大地から星が湧く

日本最北の離島、礼文島。
「花の浮島」とも呼ばれる島には、高峰にしか咲かない高山植物が約300種も咲き誇る。そして、夜には空を埋め尽くすほどの星々が人知れず輝く。

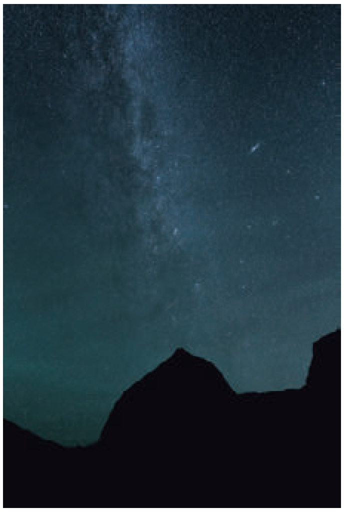
写真・文／柏倉陽介　ドローンパイロット／深田康介　編集／二村勉史

6月下旬から7月中旬に咲くエゾカンゾウの花とその向こうにまたたく星空。4月から9月まで、さまざまな高山植物が芽吹く。

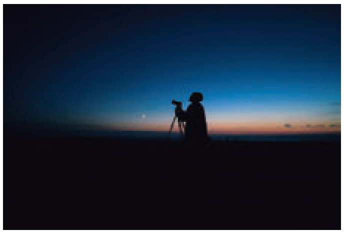
礼文島への翼

礼文島へは東京（羽田）などからANA便で稚内空港へ。稚内空港からバスで約40分の稚内港フェリーターミナルからフェリーで香深港まで、約1時間55分。

※運航情報は変更になる可能性がございます。最新の情報はANAウェブサイトをご確認ください。



礼文島の観光名所「桃台猫台展望台」から眺める桃岩のシルエットと星空。この場所も夜になれば星空が浮かび上がる星景ポイントの一つ。島全域でこうした星空が眺められる。



柏倉陽介
かしわくらようすけ

ネイチャーフォトグラファーとしてスミソニアン自然史博物館、国連気候変動枠組条約締約国会議などで作品を展示。ナショナルジオグラフィック国際フォトコンテストやワイルドライフフォトグラファー・オブザイヤーなどに入賞、国際モノクローム写真賞では審査員を務める。今年3月に写真集『Back to the Wild 森を失ったオランウータン』を上梓。

大地と星空による礼文島だけの共演

礼文島の星空が異様に美しいことを知る人は少ない。観光客の多くは島の高山植物を愛でた後、日帰りで帰ってしまうからだ。夜空に天の川が浮かび上がる頃には、寂しさにも似た静けさが島に漂う。

この美しい星々の存在を「知る人ぞ知る」程度に留めておくべきか。都会では天の川を見たことのない子どもが大勢いるというのに。

それにしても星が近い。そもそも星空の見える条件とは何だ

礼文島特有のなだらかな丘陵が北限の星空を切り取る

丘陵の向こうに浮かび上がる天の川。とてもよく見えるため、最初は雲と勘違いしてしまう。しばらく眺めているとそれが星々の集合体だということを頭が理解する。

ろう。答えは単純で、空と大地が暗いこと。街明かりや街灯が少ないほど、星は輝きを取り戻していく。

島には南北をつなぐ約20kmの道路がある。途中、スーパーがある町は2ヶ所だけ。主要な道から外れてしまえば、街灯のない真っ暗な道に入ることができる。とりわけ美しいと感じられるのは桃岩展望台、桃台猫台展望台、久種(くしゅ)湖畔、スコトン集落など。島には星空鑑賞に適した場所はいくらでもある。

約300種の高山植物が咲き誇る礼文島は「花の浮島」と呼ばれてきた。花が咲いていたから開発を免れたのか、大規模な開発とは無縁だったから花が咲いているのか。どちらが先かはわからないが、花を愛する心に星が近づいてきたのだと思うのは、ロマンチックに過ぎるだろうか。

なだらかな丘陵と断崖絶壁。島の持つ二つの顔を体感する礼文島トレイル

礼文島の風景が日本離れしているると感じるのは、ニュージーランドの丘陵地帯、北欧の切り立つ海岸線を連想させるからだろう。島の表情は東と西で大きく異なる。海風がぶつかる西の地形は切り立った断崖絶壁となり、風が吹き抜ける中央から東にかけては緩やかな丘陵が形成される。風は険しさと穏やかさを表現しながら、今も島の姿を変えている。その中で、風に耐える高山植物はとてもしなやかだ。氷河期時代、まだ大陸と島がつながっていた頃から自生しているのだから大したものだ。

礼文島を体感する方法の一つ

にトレイルを歩くという選択肢がある。日本各地にあるトレイルの中でも、高山植物のすぐ向こうに海を見渡すことができる風景は礼文島ならではだろう。隣の利尻島にそびえる利尻富士が礼文島と地続きに見えるところは大自然の粋な演出。岬を巡ったり、湖畔を散歩したり、縦走に挑んだり。天候や体力に合わせて、島には7つのコースが用意されている。

礼文島トレイルについて

礼文島には変化に富む７つのトレッキングコースがある。４㎞の久種湖を周回する久種湖畔コース、最北端のスコトン岬から島の西を通りレブンアツモリソウ群生地を経由する岬めぐりコース、本格的なトレッキング装備が求められる８時間コースなど､実に多彩。ほかには､桃岩展望台コース、礼文林道コース、礼文岳コース、礼文滝コースがある。自身の体力に合わせて歩いてみよう。トレイルの多くが含まれる利尻礼文サロベツ国立公園は今年で国立公園指定50周年を迎える。

島の北に位置するゴロタ岬から望む風景。最北端のスコトン岬まで眺められる絶景スポット。20分ほどの登山道を登った先にある。

登山せずともさまざまな高山植物に出会える

山歩きは苦手だけれど、高山植物は眺めてみたい。そんな贅沢な願いを叶えてくれるのも礼文島の大きな魅力。

本州では高峰でしか咲くことのない花々を展望台どころか道端でも見られるのだ。

礼文島にしか咲かない希少な固有種もある。ランの一種レブンアツモリソウは5月下旬から6月上旬、エーデルワイスの仲間レブンウスユキソウは6月中旬から8月に咲く。そのほか約300種の花が季節を通じて次々と咲いていく。礼文島が「花の浮島」と呼ばれるゆえんだ。

本州のアルプスや、北海道大雪山系でしか見られない花々に加え礼文ならではの固有種、希少種の花々も

3

1

4

2

5

6

礼文島で出会える植物

礼文島が大陸とつながっていた氷河期から、島にはたくさんの高山植物が生息していた。海に隔てられた後も、冷涼な高山気候と複雑な地形によって現在でも多くが自生している。島にはレブンアツモリソウやレブンウスユキソウなど、希少な固有種が咲いている。夏がベストシーズンといわれているが、４月から９月までさまざまな高山植物が咲く。高台にある桃岩展望台エリアは花を眺める名所となっている。そのほか島内に礼文町高山植物園があるので、気軽に見ることができる。

1＝イワベンケイ、2＝ウルップソウ、3＝レブンウスユキソウ、4＝ヤマブキショウマ、5＝マイヅルソウ、6＝レブンシオガマ

国境の向こうに沈みゆく夕陽

主要道路から江戸屋というポイントで左折すると、トド島展望台へと続く脇道がある。この道は沈む夕陽と高山植物が眺められる絶景エリアでもある。夜にはギラギラと輝く星も見られるスポットだ。そのまま進むとスコトン岬に通じるのだが、昼間は大きな観光バスが走ることもあるので一方通行が土地のルールになっている（スコトン岬方面から入るのは逆走となる）。

時間や季節が変われば島の姿もまったく違うものに

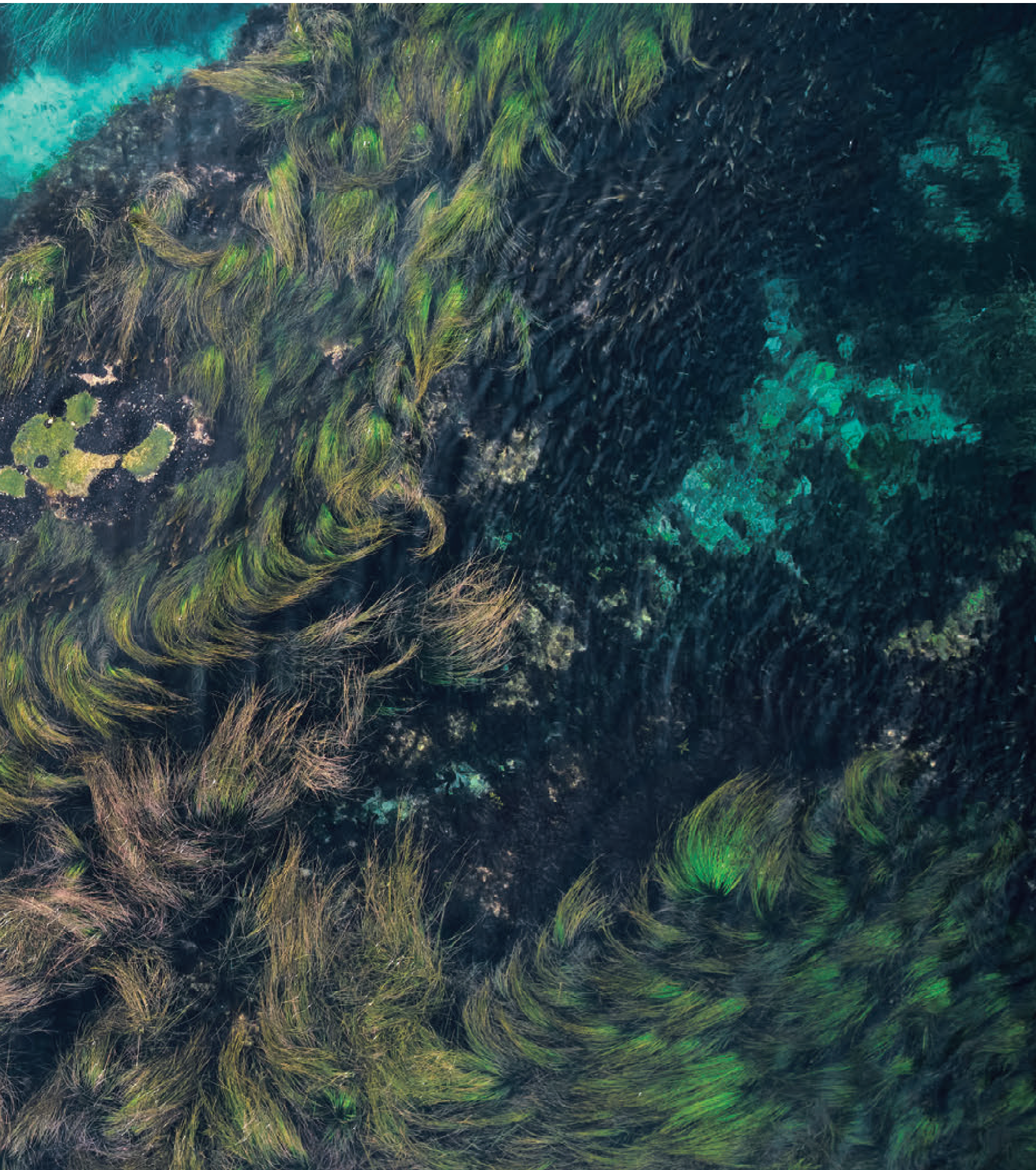
礼文島の観光シーズンはいつだろう。花が咲き始める5月下旬から冬が始まる10月下旬までといわれているが、最も多くの花を楽しめるのは6月中旬から8月初旬だ。本州の夏の暑さから逃げることが目的ならば、礼文島は最高の島となる。8月の猛暑時でも平均気温は21度ほど。常にエアコンが作動しているような快適温度である。

夏以外はどうか。花のない季節は丘陵の地形がより目に飛び込んでくるし、強烈な風が吹き荒ぶ厳しい冬には絶品の鱈が手に入る。自分だけしか知らない景色を見つけて、春夏秋冬を感じるのもいいだろう。

春夏秋冬を味わい尽くす旅、終わらない礼文島への思い

礼文島の強烈なリピーターに会い、その旅の極意に触れたことがある。どこでも空いている宿に泊まり、朝食を食べて散歩をする。スーパーに寄り、お弁当を買って、眺めのよい場所でのんびりと過ごす。花の咲かないシーズンオフの季節でも景色は清々しく、厳しい冬は暖かい部屋から外を眺めるのだという。訪れるたびに小さな発見があり、季節の移ろいを全身で楽しんでいるのだろう。

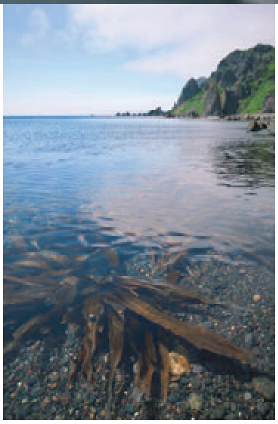
陸地と
海が育む
島の恵みと
ともに生きる



リマン海流と対馬海流が混ざり合う海域に位置する礼文島。太く分厚い利尻昆布が育まれ、それを食べるエゾバフンウニとキタムラサキウニはともに絶品。漁師さんにとっては悩みの種だが、ゴマフアザラシやトドがたくさん集まってくるほど豊かな漁場ともいえる。

礼文島は観光と漁業が主力産業。どちらも自然の豊かさで成り立っている

利尻島や礼文島、稚内地方でも採れる高級食材の利尻昆布。肉厚で全長3mを超えるものもある。乾かせば黒褐色の硬い板状になり、長方形にカットして出荷されている。海岸では、時化（しけ）で打ち寄せられる昆布を拾っていく拾い昆布漁もある。蔵で熟成させて味わいと香りを高めるなどの創意工夫もされている。利尻昆布漁は、島を支える重要な産業ともなっている。



色鮮やかな旬のエゾバフンウニ。非常に濃厚でコクのある味わいが特徴の高級ウニである。収穫されたその日のうちに出荷されるため、崩さないよう綺麗に身を取る作業は経験豊かなベテランの技が必要不可欠。スピードも求められる。

礼文島近海の厳しい荒波に乗って、真冬にとれる真鱈。歯ごたえのある肉厚の身が特徴的だ。この季節に礼文島に来れば、鱈鍋と新鮮な白子を食べることができるだろう。

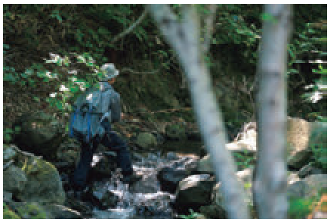
礼文島南部にある北のカナリアパーク

映画『北のカナリアたち』の舞台セットとして建てられた麗端（れいたん）小学校岬分校。校内には下駄箱や廊下、教室があり、壁にはレトロなスケート靴まで下げられている。古びた校舎の先には荘厳な利尻富士が望める。

礼文島周辺の海域には太くて分厚い利尻昆布が群生している。利尻昆布は京料理に好んで使われる高級食材で、豊かな風味と透き通った出汁（だし）が特徴の昆布だ。その利尻昆布を食べているエゾバフンウニもまた絶品で、礼文島の特産品の目玉となっている。

地元では昆布を広い地面に干したり、ウニを一つ一つ丁寧に殻から出したりと人手が欠かせない。漁師さん一人では手にあまるので家族や友人総出の作業となる。それでも間に合わず、島外の助っ人も毎年募集する。

礼文島に流れる小さな清流に棲むイワナ



島の渓谷沿いに幾つかの清流があり、上流に遡（さかのぼ）ると川魚が釣れることがある。礼文島では約4000年前には縄文人が住み、約1500年前にはオホーツク文化が栄えていた。そして約400年前にはアイヌ民族が暮らし、川で漁もしていたという。いつの時代も海や山の幸を糧にして人は暮らしてきたのだ。

見渡す限り貝殻だらけの不思議な浜

船泊（ふなどまり）の町からスコトン方面に数百メートル進んだ右側の海岸に、貝殻で埋め尽くされている浜がある。主にエゾタマキガイが集まり、不思議な穴あき貝が拾えることで訪れる人も多い。天候がよければ、目前の浅瀬にはアザラシが集団で寝そべっていることも。

「礼文島特集」はWeb『翼の王国』でもお楽しみいただけます。本誌未掲載のWeb限定記事もぜひご覧ください。

〈主催〉公益社団法人 日本観光振興協会
〈協賛〉株式会社JTB／東日本旅客鉄道株式会社／西日本旅客鉄道株式会社／全日本空輸株式会社／日本航空株式会社／近畿日本ツーリスト株式会社／株式会社日本旅行／株式会社オリエンタルランド／京浜急行電鉄株式会社／株式会社西武・プリンスホテルズワールドワイド／日本空港ビルデング株式会社／株式会社はとバス
〈後援〉観光庁／全国旅館ホテル生活衛生同業組合連合会／一般社団法人全国旅行業協会／一般社団法人全日本ホテル連盟／一般社団法人日本ホテル協会／一般社団法人日本旅館協会／一般社団法人日本旅行業協会

詳しくはコチラ

公益社団法人 日本観光振興協会
JAPAN TRAVEL AND TOURISM ASSOCIATION

スポーツ×カルチャー 世界への「日本の窓に」

今年の夏、オリンピックが開催されるパリに「パリ日本文化会館」があるのをご存じですか。ここを「日本の窓」として様々な催しが開催されています。文化発信の最前線に立つ若手職員に話を聞きました。

100年ぶりにオリンピックの舞台となるパリ。開会式のメイン会場のトロカデロ広場からセーヌ川を渡って間もなく目に入るのが、(独)国際交流基金が運営するパリ日本文化会館です。

1997年にオープンした「海外で最大級の日本文化発信拠点」で、今回のオリンピック直前には、1964年と2021年の東京オリンピックをそれぞれ象徴する競技場を設計した日本人建築家、丹下健三と隈研吾を紹介する展覧会が開催されました。この展覧会を担当した三輪桃子さんに話を聞きました。

「優れた建築はその時代を象徴しています。丹下健三の国立代々木競技場は、戦後復興を遂げた日本の姿を世界の人に示したいという思いが、天空に向かって高く伸びるフォルム(形態)から感じられます。これに対して木材をふんだんに使って環境への配慮を前面に打ち出した隈研吾の国立競技場からは、世界が直面する課題を共に考えていきたいというメッセージが伝わります。

多くの企業がいま、単に利益を上げるだけでなく、SDGsに代表される社会貢献に真剣に取り組んでいます。民間企業の支援を受けて日本文化を発信しているのが特徴である私たちも、中期ビジョン(2022~26年)で、『世界が直面する課題の解決に文化を通じて貢献します』と謳っていて、企業が私たちの活動を支援することで、社会貢献の成果を上げていると感じていただければ嬉しいです。加えて展覧会のお客様からは、『おかげで日本のことを深く知ることができた』と言われることもあり、毎日やりがいを感じています」

パリ日本文化会館では展覧会の他にも様々な活動を行っており、フランス人だけでなく連日多くの日本人も訪れています。皆様も観光やビジネスの合間に一度、足を運んでみてはいかがでしょうか?

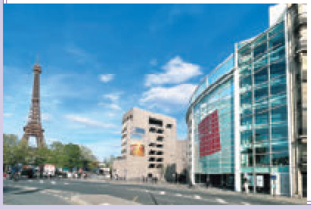
三輪桃子(みわももこ)さん

1992年生まれ。2017年に独立行政法人国際交流基金に入職。文化事業部美術チーム等を経て、2022年よりパリ日本文化会館に勤務。展覧会事業を担当。

国際交流基金・パリ日本文化会館

ガラス張りの外観がひときわ目立つパリ日本文化会館。伝統文化からポップカルチャーまで、展示、舞台公演、映画など多角的に紹介しています。同時に、茶道、華道、着物、和書に日本酒に至るまで、様々な体験講座や日本語講座も実施しており、年間17万人以上(23年度)が訪れます。

JAPAN FOUNDATION 国際交流基金



『ナゲノカタ』
アンサンブル・ミュルチラテラル
(2024年5月31日・6月1日)

柔道家兼作曲家ヤン・ロバンが日仏4人の作曲家と共に手掛けた音楽に、柔道の形の実演を交えたパフォーマンス作品の世界初演。

「丹下健三と隈研吾　東京大会の建築家たち」展示風景　2024年　撮影：瀧本幹也
提供：国際交流基金、G.Y.S.C.

「丹下健三と隈研吾展—東京大会の建築家たち」
(2024年5月2日～2024年6月29日)

二人の軌跡を辿り、それぞれのオリンピック競技場の魅力や大都市東京に残されたレガシーを紹介。

walk with Japanese monsters

ニッポン47妖怪さんぽ

数千もの伝承の中から、都道府県ごとに一匹の妖怪を選び、造形作家森井ユカの独自の解釈で創造しました。妖怪に誘われるがまま旅すると、美味しいもの、きれいな景色に必ず出会える!? ようこそ、空飛ぶ百鬼夜行へ。

取材・文・造形　森井ユカ
撮影　五味茂雄
編集　中野桜子

22

福岡　長太郎河童

事業発展

福岡県宗像市の釣川に暮らした河童のボス的存在。400歳まで生き、晩年にはシルバーグレーに輝く立派な体毛を纏(まと)っていた。人間たちと河童たちとの間に立ち、不道徳な河童を懲らしめた。

河童のなかでも
気のいい「長太郎河童」。
人間との間に立ち、
悪さをする河童は懲らしめます

力強く流れる釣川に伝わる人と河童を繋ぐ長太郎伝説

日本で最もよく知られている妖怪の一つ、河童は、九州地方にその伝承が数多く存在する。滑稽だったりちょっと怖かったりという印象だが、実は九州から殿様に随行し、着いた先の江戸で火事を消し止めたという勇ましい伝説もある。

河童自体のルーツは、古くは弥生時代であったとのこと。農耕文化を日本に伝えた中国江南の農耕儀礼の中に河童の姿が見られたらしいが、その存在が全国に広まったのは江戸時代からである。地域により河童の姿も性格も様々で、総括するのは困難を極めるため、ここでは長太

森井ユカ：立体造形家／キャラクターデザイナー　「ネコカップ」「ネゴ」のデザイン、ポケモンカードゲームのイラストレーション、粘土あそびセット『ねん Do！』のディレクションなどを担当。著書多数。

郎と呼ばれた河童に注目し、福岡県の宗像市に飛んだ。

ときは宗像大宮司氏国の頃（901年）、宗像大社の近くに片脇城を築造の折、人手が足りないため多くの藁人形が動員された。城が完成したのち、藁人形のほとんどが領内の釣川で河童となって暮らしたが、やがて食糧不足などの不満が蓄積され、ならずものの河童たちも出現するように。そこで人間たちとの間で調整役として奔走し数々の物語を残したのが、人々からの信頼も厚かった河童の頭領、長太郎河童だった……。

妖怪を知ることは人間を知ること。古の人々が河童に託して後世に何を伝えたかったのかに思いを馳せるのは、なんとも豊かなひとときだ。

（右）干潮時の釣川の河口では潮干狩りもできる。（上）日本最古の神社のひとつである宗像大社。（中上）宗像大社の休憩所「むなかた茶愉」の茶愉けし餅（こしあん）と姫餅（みたらしあん）。（中下）故郷・釣川に佇む長太郎。（下）満潮時の河口。

透き通るヤリイカは一番人気。後に残る耳や足など（後造り）は塩焼き、天ぷら、お刺身から選べる。イカの有無は当日に電話で確認を。（玄海 若潮丸）

妖怪さんぽスポット

→【むなかた茶愉／munakata chayu】福岡県宗像市深田106　☎050-8887-2672

→【玄海 若潮丸】福岡県宗像市江口 528-1　☎0940-62-0072

→【一（はじめ）】福岡県福岡市中央区薬院 2-18-18 リシェ薬院1F　☎092-406-7065

→【河太郎 中洲本店】福岡県福岡市博多区中洲 1-6-6　☎092-271-2133

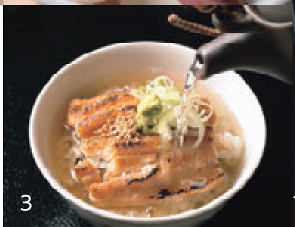
イカと泳ぎ穴子に驚く 河童が導く福岡の晩餐

河童が多く棲んだという、宗像市を流れる釣川。この川が注ぐ玄界灘は、言わずと知れた海産物の宝庫。なかでも誉れ高いのが、透明な身が美しく滋味に溢れるヤリイカだ。釣川の河口に近い『玄海 若潮丸』はもともと漁師が始めた鮮魚店だったが、20年ほど前から通年ヤリイカの活き造りを供するようになった人気店。イカは夏を過ぎた頃に、より身が厚くなり甘みが増すとのこと。食後には釣川を少し遡（さかのぼ）り、宗像大社横の駐車場にできたカフェ『むなかた茶愉（ちゃゆ）』で新たな名物となる姫餅（きもち）と茶愉けし

4

5

2



3

1

（1）穴子めしは、すった柚子を小さな刷毛で塗りながら。（2）穴子といえば天ぷら。抹茶塩とつゆ、どちらで食べても合う！（3）お好みにより出汁茶漬けにしても。（4）見目にも麗しい穴子の刺身。ポン酢、あるいは塩で。（5）夜には握りも。（一 はじめ）

餅をいただいた。

さらに釣川を遡り、帰路の博多ではこれもまた福岡の名産である穴子を。薬院の『一（はじめ）』は2022年に開業した、穴子に特化した珍しい専門店。うなぎと姿は似ているが、天ぷら、刺身、しゃぶしゃぶなど料理のバリエーションが多いのが穴子の魅力だそうだ。特に刺身の弾力がありコリコリとした歯応えと深い味わいは、他ではなかなか体験することはできない。穴子は通年あるが旬としてはまさに夏場。

クライマックスに、さらにヤリイカの活き造りを『河太郎』中洲本店で。九州では河童を意味する河太郎という名の通り、なんと店の内外で大勢の河童の像が出迎えてくれる。ここは1961年に日本で初めて生（いけ）簀（す）料理を始めたというパイオニア。熟練した職人の技で瞬時にさばかれ、海の側（そば）と変わらぬ新鮮なイカのお造りをいただける。河童に始まりそして終わる旅は、水の恵みを思い切り堪能する旅になった。

1

『河太郎』のロビーにいる河童たち。

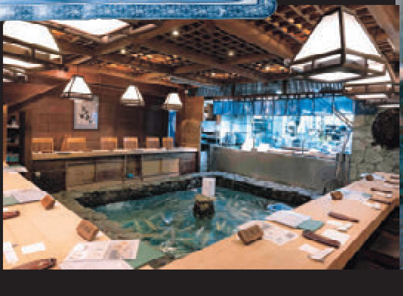
2

3

4

5

6



(1)皿の上でも動く新鮮なイカ。(2)博多の味、ごまさば。(3)ふっくらとしたイカ焼売。(4)「クリスタル寿司」とはイカの寿司。(5)イカの後造りを天ぷらに。(6)後造りの塩焼き。めくるめくイカの世界。(河太郎)

参考：『宗像伝説 風土記〈下〉』上妻国雄（西日本新聞社）／『九州河童紀行』九州河童の会編（葦書房）／『郷土のものがたり 福岡県の民話と伝説』福岡県総務部広報室（福岡県）／『九州の河童』純真女子短期大学国文科（葦書房）

旅するお取り寄せ

vol. o10

食いしん坊の方々が出合った、とっておきのお取り寄せを教えてもらう連載。
暮らしを幸せにしてくれるあの味を求めに、旅をしたくなることでしょう。

撮影：江原隆司　取材・文：高田真莉絵

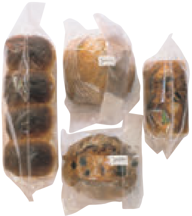
パン自体にエネルギーがあるから一口食べると元気をもらえる。

映画『転校生』でデビューして以来、俳優としてだけでなくエッセイストとしても活躍する小林聡美さん。小林さんは、最新エッセイ『茶柱の立つところ』にも書かれているように、パンにはこだわりがある。今、特に気に入って時々お取り寄せしているのが長野県・八ヶ岳山麓に店を構える「SANTERIA」のパンセットだ。

「以前、頻繁に八ヶ岳に通っている時期があったんですが、最近はあまり行ってなくて。友人に『新しいパン屋さんができたよ』と、お土産にもらったのがきっかけで出合いました。あまりにおいしかったので実際に足を運んでみたら、お店の佇まいも素敵で、一気にファンに。八ヶ岳の爽やかで澄んだ雰囲気や空気がぎゅっと凝縮されているようなお店なんです」

「SANTERIA」のパンは大地が育んだ小麦を使用。薪の力を使い、店主が手作りしたという石窯で焼き上げるため、パンの焼き色が一つずつ異なるのも魅力の一つだ。お取り寄せすると、油脂類を一切使用しない弾力のある食パンや、全粒粉の香ばしい生地のレーズンパン、季節の食材を使った「季節パン」など全4種の「パンセット」が届く。季節によってセットの内容が変わるので、毎月注文するファンも多い。

「一人では一度に食べきれない量が届くのですが、パンの保存方法が丁寧に書かれた紙を入れてくれているので、その通りに保存して。ゆっくりと1ヶ月かけて食べきります。仕事で忙しくしていて、あまり買い物に出られないときに冷凍庫においしいパンがあると安心するんです。友人に『おいしいから食べてみて』と送ることも。パンの説明もそれぞれ手書きで書いてくださっていて、お店の方の優しさに温かい気持ちになります。天然酵母で作られているからなのか、ここのパンにはエネルギーを感じます。力強い味と言ったらいいのかな。パンそのものの味を楽しみたいから、あまりおかずなどは合わせずにシンプルにいただきます。トーストしたパンにさっとバターを塗って食べるだけで元気になれますよ」



『SANTERIA』のパンセット

薪窯で焼き上げた「食パン」「大粒レーズンとくるみ」、じっくり発酵させた「サンテリアブレッド」と「季節のパン」の4種セット。内容は毎月変わる。3,500円（送料込み）。予約、問い合わせはInstagram（@__santeria__）から。※焼き菓子などの同梱は不可

Profile

小林聡美

俳優。1965年、東京都生まれ。最近の主な出演作に、ドラマ『春になったら』（'24）など。コロナ禍中に書き始めた最新エッセイ『茶柱の立つところ』（文藝春秋）では、ささやかで「茶柱のような」発見や喜びを綴っている。

研修生時代をたとえるなら、〝日本留学〟何度も訪れた海外より刺激的でした

――鏡味味千代さん（第5期太神楽研修生）

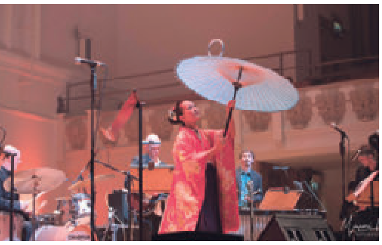
鏡味味千代
かがみ みちよ　国際基督教大学卒業後、広報代理店勤務を経て、2010年に国立劇場5期大衆芸能（太神楽）研修修了。ボンボンブラザースの鏡味勇二郎に弟子入り。1年間の前座修業の後、2011年4月、浅草演芸ホールにて寄席デビュー。

大学卒業後、会社勤務を経て国立劇場伝統芸能伝承者養成所で学び、太神楽師となった鏡味味千代さん。得意の語学力を生かし、海外公演に参加するなど、積極的な舞台活動を行う彼女に研修生時代のこと、太神楽の魅力や太神楽師としてのこれからについて伺った。

大学の卒業を控えた頃から、日本の文化を世界に伝えられるような仕事をしたいという漠然とした思いがありました。PR会社に就職したのはその手法を学べると考えたからです。でも、よく考えたら日本文化を伝えたいと言いながら、寄席に行ったことがないと気づき、大の寄席ファンだった父について末廣亭に。その日からすっかり寄席にハマって、会社帰りに一人で通うほどになりました。そこで出会ったのが、最初から最後までハッピーな太神楽という伝統芸能でした。芸でめでたさや楽しさを表現できる太神楽なら、たとえ言葉が通じない国でも日本文化の魅力を伝えることができるに違いない、そんな思いが募った頃に国立劇場の研修制度を知り、念願叶って研修生になることができました。

笛、太鼓、三味線、日本舞踊　毎日がカルチャーショック

会社員時代にはたくさん海外旅行をしました。20カ国くらいは



これまでサウジアラビア、タイ、ブラジル、フランス、イギリスなどで公演。写真は海外でも拍手喝采の「傘の曲」。上：ロンドンのカドガンホールにて。ジャズファンクバンドJames Taylor Quartetとの共演　下：カナダ・バンクーバーの日系人のお祭パウエル祭にて。獅子舞と曲芸で露店を訪ねる古くからの太神楽の姿を再現。

立て物の代表的な曲芸「五階茶碗」。さまざまな手事（バリエーション）があり、こちらは細い糸で空中に吊り上げる「吊り糸の曲」からの、回転しながら移動する「糸渡りの曲」。

行ったでしょうか。多くの刺激やさまざまなカルチャーショックを受けましたが最大のカルチャーショックは国立劇場での研修でした。研修では太神楽の技能だけでなく獅子舞に必要な鳴物（笛、太鼓、三味線）をはじめ日本舞踊などの稽古も積み、歌舞伎についても学びます。日本に暮らしていたにもかかわらず初めてのことばかりで、まるで日本に留学をしているかのような感覚でした。中でも驚いたのは伝統芸能の自由度の高さ。例えば三味線では、さまざまな間隔や位置感を指二本分とか手のひら一つ分などと教わりますがそのサイズは人によってかなり異なります。つまり、伝統芸能における個性とは、奇を衒う（てら）ことではなく、自分に与えられたものをどれだけ芸に生かせるかということなのです。私はまだまだ修業途中ですが、自分らしい個性豊かな芸でお客様に喜んでいただけるようになりたいと思います。

太神楽は神話の頃から続く日本の伝統芸能で、お正月やおめでたい日に行う獅子舞も曲芸と一緒に演じられます。曲芸には大きく分けて「投げ物」と「立て物」（バランス芸）の二つがありますが、私は特に「立て物」の芸が好きです。曲芸のほかにもお囃子、茶番など多様な芸があって、その一つ一つに意味があり、それぞれにいくつもの演目や技のバリエーションがあるという奥深さも太神楽の大きな魅力。

私は中学時代にはスピードスケート、高校時代には柔道、大学時代はアルティメットというフリスビーを使って行うアメフトのようなスポーツをしていたのですが、太神楽ではバランス感覚や体幹が大事なのでこれらのスポーツの経験が役立っているのではないかと思いますし、スポーツで養われたくじけない心も然り。ですが、本番前にはやはり心の葛藤があって「失敗せずにうまくできるだろうか」と、いまだに毎回、緊張します。

自分らしいハッピーな舞台で日本文化への関心の入り口に

研修修了後には、父も私もファンだった二人組の太神楽師、ボンボンブラザースの鏡味勇二郎に弟子入りしました。師匠に言われたのは「稽古百遍」。つまり百遍稽古してやっと舞台一回という意味ですが、それに加えて稽古百遍なら舞台千遍だと感じています。師匠たちのように舞台で緊張することなく、ほどよく力の抜けたいい芸ができるようになりたいものです。現在、「土瓶の曲」という憧れの芸を稽古中ですが難しいだけでなく、失敗すると土瓶が割れるというイメージが緊張感を高めるので心の鍛錬も必要です。また、師匠には習ったことをそのまま演じるのではなく「自分なりに工夫すること」と、研修生時代から言われています。私の場合は、海外公演の際に口上を英語で上演したり、逆に口上をなくして音楽に合わせたり、お馴染みの「傘回し」では海外でも人気のキャラクターのぬいぐるみを回したりと、日本のおめでたい文化を伝える工夫を。拍手喝采で歓声が上がると「やった！」と、嬉しくなりますね。

太神楽で一番大切なことは見ている方々の幸せを祈る気持ちです。ハッピーな気持ちになれる太神楽で多くの方の日本文化への関心の入り口になれたら幸せです。

第９期大衆芸能（太神楽）研修生を募集しています

国立劇場伝統芸能伝承者養成所では、
令和７年度に開講する大衆芸能（太神楽）研修生を募集します。

応募資格 中学校卒業（卒業見込みを含む）以上で、原則として年齢23歳以下の方。経験不問。
募集期間 令和６年10月１日（火）～令和７年１月31日（金）
選考日 令和７年２月～３月を予定
研修期間 令和７年４月～令和10年３月の３年間
受講料 無料　※奨励費貸与制度有、宿舎有（審査有・有料）
お問合せ 国立劇場伝統芸能伝承者養成所
TEL 03-3265-7105
MAIL kokuritsu-boshu@ntj.jac.go.jp
https://www.ntj.jac.go.jp/training.html

旅で潤う

vol.22

愛知

案内人

サウナトータルプロデューサー

笹野美紀恵

サウナ・温浴施設プロデュースのほか医療機関と連携し、新しいウェルネスの形を提案している。実家の静岡「サウナしきじ」を〝聖地〟と呼ばれる唯一無二の存在に育て上げた。

→目次に戻る

飛行機の離発着も望める！ 海が水風呂……日本初の「砂浜のサウナ」

陽光に照らされキラキラと輝く海と白い砂浜、南国ムード漂うヤシの木を眺めていると、まるで海外に来たような気分♪

中部国際空港 セントレアの対岸に位置する人工海浜「常滑りんくうビーチ」に、日本で唯一国有地である砂浜に常設されたサウナ施設をご存じですか。

その名は、「Steamers Beach & Sauna®」。屋外でサウナを楽しむアウトドアサウナは数多（あまた）あれど、空港を離発着する飛行機をこれほど目の前で見られるビーチはほかにありません。そしてなんと言っても、この美しいサンセット。嬉しいことに、サウナ室の中からも刻々と変わる空と海の色を確認することができました。

「夏には海水浴などで賑わうビーチですが、稼働しているのは2ヶ月間ほど。ほかの時期でもビーチを有効活用できて、地方創生に繋がるビジネスができないかと考え、そこで思いついたのがサウナ事業でした。営業許可を取るのに苦労しましたが、ロケーションは最高です。夕焼けに染まった海は、毎日見ていても飽きませんね」

と、オーナーの星野さん。

太陽が照りつけるビーチでサウナに入りたがるなんて、人間とは変な生き物だなあと思いながらも、やっぱり入ると気持ちいい。海の水風呂は体がプカプカ浮いてビックリだわ、楽しいわ！ 自然との一体感が味わえるのが、サウナの醍醐味ですね。

Steamers Beach & Sauna®

中部国際空港から車で約5分。フィンランド製のトレーラーサウナと奥三河の桧を使ったサウナ小屋では薪ストーブを使用。桧が香るオリジナル小屋は販売も。BBQや牛すじカレー、特製ドリンクも楽しめる。

住所：愛知県常滑市りんくう町２丁目りんくうビーチ
TEL：070-4002-1367
https://steamers-sauna.com

写真：安藤潔弥　編集：服部広子

A New Ambitious Story

翼の流儀

第22回

「成長を見届けることにやりがいを感じます」

安全面とサービス面の訓練を行う CAのインストラクター

客室乗務員（ＣＡ）の仕事は多岐にわたる。ＡＮＡに入社したＣＡ候補の訓練生たちは、約３ヶ月という時間をかけ、訓練を通して、緊急・保安やサービスについての知識を身につけていく。そのインストラクターが訓練生に教える上で大切にしていることは何か。現役ＣＡでもある二人に話を聞いた。

「マニュアルのすべてを教え込むだけなら、簡単だと思うのですが、自ら考え、判断し、そして行動化できる——、そういうCAを育てなければならないのです」

客室訓練部に籍を置き、保安教育を担当している本間晴美（ほんまはるみ）は、インストラクターという仕事の難しさという問いに対し、力を込めて答えた。

いっぽう、サービス訓練を担うインストラクター・森山友翔（もりやまともか）は居ずまいを正し、こう続けた。

「私の教え方に間違いがあれば、これからCAとして仕事をしていく人たちの基礎の部分が崩れてしまうことになりますから。責任は重大だと思っています」

緊急・保安対応にサービスにと、多岐にわたる客室乗務員の仕事。

一人前のCAになるために、ANAに入社したCA候補の訓練生たちは、約3ヶ月という時間をかけ、覚えなければいけない知識、身につけなければいけない技術を頭に、体に、染み込ませていく。

そこで重要になるのが〝どう教え、育てる〟か。じつは、その大切な任を担うインストラクターもまた、現役のCAなのだ。

今回は、一流のCAを育てる二人のインストラクターに聞いた「人財育成の流儀」——。

もっとも難しいのは「行動化」すること

現在、ANAにおよそ60名いる保安（セーフティ）担当のインストラクター。そのなかで、もっとも長いキャリアを誇るのが本間だ。これまでに約200人もの新入社員を、ゼロから育て上げ、実機のフライトに送ってきた。

「CAとして7年、インストラクターとして7年です。そうですね、フライトと同じだけ、インストラクターを務めていますね」

こう話した本間。彼女がANAに入社したのは2010年のこと。そして、2017年からは現在の客室訓練部に所属している。

「セーフティ訓練には、現役CAが年に1回、受けなければならない定期訓練や、休職から復帰するための訓練、それに機種ごとの訓練など、いくつもの種類があります。コロナ禍が明けた昨年度からは新入社員のための客室乗務員資格取得訓練、いわゆる新入訓練も再開され、私はいま、主にそちらを担当しています」

「インストラクターの経験を経てさまざまなスキルを向上することができ、今後のキャリアの選択肢が増えると感じています」

訓練の場所は、羽田空港にほど近い総合訓練施設「ANA Blue Base」。巨大な建物のなかには、さまざまな機体の実物大模型（Cabin Emergency Evacuation Trainer = CEET）や、緊急着水時の脱出訓練のためのプールも。CEETのそれぞれのドアには、訓練用の脱出スライドも整備されている。

「通常運航の際の保安業務を学ぶ日常保安訓練に始まり、緊急脱出や火災、急減圧などの緊急保安訓練を行います。緊急脱出の訓練では、予測される緊急着陸や緊急着水、それに備えて準備をしていきます。お客様にライフベストを着用していただいたり、お一人で脱出できない方の援助のため、お客様同士協力していただくよう指示したり……。覚えなければならない手

「緊急脱出の誘導は大きな声ではっきりゆっくり、また私たちが落ち着いていることを示すため普段より少し低い声を心がけます」

順は、数多く多岐にわたります」

訓練でもっとも難しい点を尋ねると、本間は「行動化すること」と即答した。

「やらなければならないいくつもの項目、その流れを頭に入れるところまでは、多くの訓練生ができる。ですが、それを行動化まで引き上げることが難しいんです。たくさんの項目を、状況に合わせて確実に、かつ臨機応変に迅速にできるよう、訓練のなかで繰り返し、習得に繋げています」

本間自身もかつて、新入訓練を受けた一人だ。

「連日、新しい科目を学び続けるので、予習復習は必須。予習しなければついていけませんし、すべての科目が繋がっていますから、復習を怠ると、訓練内容を理解できなくなってしまう。だから私の場合は、一日一日を必死に過ごしながら、訓練に捧げて、できることを精一杯やりました」

その経験があるから、訓練生たちの苦労も、本間には手に取るようにわかる。

「気持ちをキープできるよう、訓練生一人ひとりのメンタルにも気を配ります。訓練中、気持ちが弱くなってしまったり、どうして自分がうまくできないのか理解できず混乱し、涙が溢(あふ)れてきてしまう訓練生も。そういう訓練生にはその都度、個別に向き合うようにしています。もちろん厳しいことを言わざるを得ないときはありますが、そんなときも個別に面談するなどして、一緒に考えるようにしています」

訓練生の良い面を引き出す 小さなことでも褒めていく

「サービスインストラクターは、国内線、国際線エコノミークラス、ビジネスクラスやファーストクラス、それぞれの資格を取る際に受けるサービス資格取得の教育を担当します。新入訓練では前半に本間さんたちが担当のセーフティ、後半にサービスの教育が行われています」

こう話す森山は2008年にANAに入社し、2020年に客室訓練部に異動になった。現在は「ファーストクラスサービスコード取得教育」や「サービスインストラクター養成教育」の企画立案や教案作成、運営管理にも携わっている。

「ANAでは、それぞれのクラスに合わせたサービスの手順(メソッド)が規定されているのですが、それをまずはしっかりと覚えてもらって、訓練施設で行動化しながら体得してもらいます」

ここで森山の表情が、少しだけ厳しくなった。

「ですが、手順だけを覚えて行動化すればいいわけではありません。それ以外の立ち居振る舞い、身だしなみ、言葉遣い、そして笑顔……、何よりお客様に寄り添う気持ちが大切で、そのマインドのところを教育のなかでは同時に指導しています。もちろん、訓練生は緊張しています。ですが、実習が始まってサービスをする際に、お客様と会話をしながら、実際に動きながら

→目次に戻る

少しずつ笑顔が出てきて、楽しい雰囲気を醸し出す。そのためにも自分が楽しい気持ちでいないと……そんなところも気をつけて指導しているポイントです」

時には厳しい言葉をぶつけなければならないこともある。

「それでも言葉は選びます。それから、訓練生のマイナス点を指摘するときも、その人の良い面を同時に伝えることも心がけています。基本動作が徹底できていない訓練生には、そこをしっかり指摘しつつ、たとえばその人の笑顔が素晴らしければ『表情はすごくいいから、その笑顔はこの先も忘れないように』と。訓練生の良い面を引き出す、小さなことでも褒めていく、そんなふうにしています」

「リラックスした状態で、サービスの楽しさを訓練生たちにより実感してもらうため、訓練中はBGMを流したりもしています」

〝卒業〟するころには表情も変わってくる

本間も森山も、そもそもは自ら志願してインストラクターになったわけではない。森山は「もともと、人にものを教えるのは苦手」だった。本間にいたっては「最初は訓練生の前に立つのも怖かった」と打ち明ける。

「そのため、訓練部への異動の内示をいただいたときは『まさか自分が⁉』と驚きました」

ただ、実直に訓練生への指導を重ねるなかで、そのやりがいを見出していく。森山は言う。

「最初は不安そうな顔をしていた訓練生たちが〝卒業〟するころにはすごく表情も変わってきて。『サービスの楽しさを知ることができました』と笑顔で言ってもらえたりすると、こちらも嬉しい気持ちになります。時には『独り立ちしても、森山さんのようなCAを目指してがんばります』という言葉をもらうこともあって。みなさんの目標になれた嬉しさと同時に、インストラクターというのはやはり、尊敬できる、背中を見せても恥ずかしくない存在でいなくてはならないと、気づかされる瞬間でもあります」

先述したように、インストラクターの彼女たちも、CAとして乗務することがある。時には、かつての〝教え子〟と一緒に飛ぶことも。インストラクター歴7年の本間は、「人の成長を見届けることにやりがいを感じる」と話す。

「訓練中は頼りない面が垣間見えて『大丈夫かな』と心配していた教え子が、実際のフライトでお客様にもしっかり対応できていたり、一つひとつの業務を自信を持って遂行しているのを見たときは、本当に嬉しいです。インストラクターの仕事というのは、そのように一人ひとりの成長を間近で見ることができる。最初はつまずいていた訓練生が、努力し成長した結果を目にすると、心底良かったなと思いますし、それがこの仕事のやりがいだと思っています」

森山はユニバーサルサービス教育も担当している。お手伝いが必要なお客様への対応に関する教育により、客室乗務員のユニバーサルサービス向上の一翼を担っている

※所属部署は取材当時のもの

尊すぎる名城へ飛んでけ。
やっと会えたよ念願の生・熊本城！刮目すべきはまず
石垣、荒ぶる武士をも跳ね返す、人呼んで、武者返し！
その曲線美たるや…石にこんな色気あっていいの？
清正マジ神。2代目石垣の鉄壁感もアツいがやはり
清正のこの反りが絶品！ああでも人類の叡智・算木
積みも良き…そして令和以降の修繕の跡が
また趣き深し！そう石垣とは歴史
の地層、移ろう時代を映す鏡、石で
紡いだ一大叙事詩…ヤバイまだ石垣
の話しかしてない全然語り尽くせない
好きへ飛んでけ。
ANA
ANA Inspiration of JAPAN
A STAR ALLIANCE MEMBER

蔵人しか味わえない
感動の瞬間（とき）。
innocent
-無 垢- Limited edition.
岩手県産酒造好適米を丁寧に低温発酵させた無濾過生原酒の味わいが、搾りたてのままの状態でお楽しみいただけます。吟醸香と甘味が絶妙に絡み合った重厚なボディとフィニッシュの爽快感のコントラストをご堪能ください。
要冷蔵
Limited edition.
innocent
-無 垢-
40
non-filtered
non-pasteurized
non-hydrated
KIKUNOTSUKASA
菊の司
KIKUNOTSUKASA
Since 1772
菊の司酒造株式会社
岩手県岩手郡雫石町長山狼沢11-1
TEL:019-693-3330 FAX:019-693-3335
https://kikunotsukasa.jp
公式HP
ANA Mall 購入ページ
お酒、飲酒は20歳を過ぎてから

おべんとうの時間

第208回

長崎県北松浦郡佐々町

L'ECRIN テーラー

江頭知裕（えとうちひろ）さん

写真：阿部了

文：阿部直美

初めてうちの店に来るお客さんには、最低でも2時間はかけます。「どこで着るんですか?」ってまず聞きますね。スーツをわざわざオーダーで作るわけやから、結婚式だったり入学式だったり一発目に着るところがあるわけです。そこから、お客さんと一緒に決めていくんですよ。生地の色や素材、ボタンの数、ポケットの位置、細めか太めか。そのうち仕事や趣味の話で盛り上がって、「このあと飲みに行きましょう」ってなったりして。

たいてい1着目は、好みの色で固まるんです。自分の色ってあるでしょ。2着目以降、いつも選ばない色でちょっと攻めたい、なんて場合に悩むんですよ。もう、ドツボにはまる。そういう人は、一回帰りますね。それか、嫁さんか彼女が来ます。女の人が来たら、めちゃくちゃ早いっすよ。「アンタこれ似合わんけん、こっちがいいよ」って、ものの一分で決まるから。

オーダースーツって、こだわって作る本人が気に入るのはまあ当然なんやけど、第三者に「いつもと違う雰囲気でいいやん」なんて言われた時こそ、気持ちいいんですよ。作ってよかったって思う。それで、誰かに紹介したくなる。「江頭くんとこで作ったよ」って。まあ、僕の仮説ですけどね。でも実際、お客さんが別のお客さんを紹介してくれるんで、ありがたいです。

僕ね、小学6年の時には身長が172㎝あったんです。友達と電車で遊びに行く時には、「小学生に見えんけん、名札をしときなさい」って親に言われてました。2mいくんじゃないかって思って、本当に嫌やったなあ。中2で185㎝になって、そこで止まりました。小学生の頃はサッカーに夢中で、ジャージが一番カッコイイって思ってたんです。それが中学生になると洋服に興味を持つようになって。

せっかくやし一回は勝負しよう、って貸衣装屋を始めたんです

僕、福岡の北九州出身なんですけど、近所に古着を圧縮して海外へ送る工場があったんです。そこでは、300円くらいで掘り出し物の洋服が買えた。僕が着ていると、「いいね、売ってくれん?」って友達に言われるんです。「いいよ」って、仲間内で洋服を回してましたね。昼休み、体育館の前に洋服を並べてフリマをしよったこともあるなあ。

あの頃、朝はサッカーの練習があるから、授業中にお腹（なか）がすくんですよ。家から持っていった弁当は早い時間に食べて、昼はパンを買ってました。毎日500円くらい親からもらいよった。でも、パンは飽きるんです。よく友達の弁当を買ってました。いつも机を並べて一緒に食べとるから、どんな弁当か

知っとるわけです。朝、中身を見せてもらって「お前の弁当500円で売ってくんない?」って。「いいよ」って日もあれば、「今日はオレ、パンの気分じゃないからダメ」って断られる日も。肉ばっかりの茶色弁当のヤツがいて、それが特に好きでしたね。ここんちの梅干しがおいしい、とかもあったな。その梅干し入りのおにぎりを、一個100円で買ったりして。そういうの、親たちは知らんかったでしょうね。

うちの母親が作る弁当は、おかずのところにミカンとかリンゴが入ってたりして、それが嫌やったって記憶があります。保育園の給食のおばちゃんをやってたんやけど、母ちゃんが作るものは味が薄くって。今は、嫁さんが弁当を作ってくれます。ふりかけは、「前もってかけんで」って言ってて、食べる直前にかけるのが僕のこだわり。いつも、蓋を開けるのが楽しみです。

嫁さんとは服飾の専門学校で一緒でした。ここ長崎県の佐々町は、嫁さんが生まれ育った場所です。卒業後、僕はメンズアパレルショップの販売員をしていたんやけど、30歳手前で嫁さんの実家の貸衣装屋を継ぐためにこっちに来たんですよ。ところが、1年後に倒産しちゃって。どうしよ、って思いました。でもせっかくやし一回は勝負しよう、って自分で貸衣装屋を始めたんです。ある時、貸衣装用にタキシードを作ろうと思って、スーツのオーダー工場を見つけたんですね。電話しても相手にされなさそうやから、直接飛び込みで行くことにしました。まずは、自分のジャケットを作ってもらうことにしたんです。

そこにいたのが、専門学校で同級生やったエガチャン。「え、ここで働いとると?」って、もうびっくりですよ。彼がそこにおらんかったら、今自分はこの仕事をしてないです。あの時、出来上がったジャケットがすごくよくて、「カッコイイけん、これを仕事にしたい」って思ったんです。「採寸の仕方教えて」って、もうそっからですよ。あの時のツテもあって、今僕は信頼できる職人さんたちにスーツ作りをお願いしているんです。

僕ね、改造したキャンピングカーで日本全国どこへでも行くんです。出張テーラー、珍しいでしょ。うちには息子が4人いるんやけど、この前の春休みは3番目の小学5年生を連れて旅に出ました。広島、大阪で観光して、静岡で富士山を見てから東京へ。ずっと下道。息子が横で喋(しゃべ)ってくれたので、退屈しませんでしたよ。飛行機で帰る息子を羽田空港で見送ってからは、仕事モードです。東京で3人、名古屋、岡山、香川で2人ずつ、車内で採寸してオーダーを取ってきました。次は、6月に仕上がりを持って皆さんに会いに行きます。「わざわざ持ってくなんて、バカやん」って言われても、そこは違うっちゃんねーと。人と会うほうが、断然面白い。キャンピングカーの中でスーツを着てもらう時は、ドキドキします。それを見るのが、何より嬉しいですもん。

ライト、フライト

第21回

書き手
平松 洋子

LIGHT FLIGHT

お土産嫌い

友人A子の声が少し低くなった。

「そういえばね」

冷めかけたコーヒーに手を伸ばし、ひと口飲んでから一拍置く。彼女とは二カ月に一度くらい会って、喫茶店でお喋りする仲だ。こういう間合いのときは、とりあえず面白い話だったためしがないなあ、なんて思いながら次の言葉を待つ。

「ほら、あなたもよく知ってる陶芸家のZさん。おととい個展に伺ったとき、立ち話したの。白髪を五分刈りにしたアタマが落語家の誰かにそっくりなんだけど、名前が思い出せない。でね、帰りぎわに挨拶のつもりで〝来週、タイに出張なんです〟と言ったら、こう返してきた。『お土産はいりません。絶対いりませんから』。念押しされたのよ、ぎょろっと大きなどんぐり眼を開いて」

A子の目もパチパチしているので、むっとしているんだなと察し、「うんそれで」と先を促す。

「ずいぶん図々しいじゃない？　それに、『絶対いらない』なんて先回りされてるあたしも間抜けよね」

もやもやしたままの彼女は、私が陶芸家Zさんと知り合いだったと思い出し、聞いてもらう気になったのだ。

わざと軽い口調でなぐさめる。

「まあ気にすることはないよ。社交辞令みたいなもん。誰にでも言ってるんだと思うよ」

まあいいんだけどさ、と首をかしげながら、A子の顔には「喋ったら気がすんだ」と書いてあった。

「誰にでも言ってるんだと思うよ」と私が言ったのには、理由があった。じつは私も、Zさんから同じセリフを聞いたことがあったからだ。

七年ほど前だった。東京近郊にあるZさんの窯場を数人の友人といっしょに訪ね、最近の作

品や近況についてよもやま話に花を咲かせていたときのこと。窯場と隣り合わせの土間で、Zさんの奥さんが手製のパウンドケーキと焙じ茶をふるまってくれ、皿とカップはもちろんZさんの窯で焼かれた白磁だった。話の前後は忘れたけれど、土瓶から二杯めの焙じ茶を注ぎながらZさんがおもむろに言う。

「オレは、お土産はいらない。買ってきてほしくない」

きっぱりとした口調に、一瞬しいんとなった。誰かが「え、そりゃまたどうして」と砕けた調子で聞き返す。

「困っちゃうのよォ」

憐れみを誘う声色。

「あのね。旅先で買った神社のお守りとか張り子の首振り人形とかミニ扇子とか、どうすりゃいいのよ。帰りの駅で急いで買ったらしい饅頭や煎餅もほしくない。もちろん、善意だって

ことはわかってるさ。でも、あえてオレは言いたい。自分が行ってもいない旅をお裾分けされても、とくに楽しくない。旅は、自分のなかに大事に収めておけばいいんじゃないかな」

隣で、奥さんが苦笑している。他人にはなかなか明かしにくい本音を、さっぱりとした言葉で伝えるZさんは率直で生真面目な人物だなと好感を持った。そして、偉丈夫(じょうぶ)のZさんがミニ扇子を開いて戸惑っている光景を想像して、くすっと笑ったりもした。

だから、A子ちゃん。図々しいわけでもプライドを傷つけるつもりだったわけでもなく、むしろZさんは悩める子羊なのよ。

旅のお土産問題は、意外に根が深い。いったん気になると、あのひとにもこのひとにも、といろんな顔が浮かんで収拾がつかなくなったり、キリがないから数を絞ろうとすると優先順位が頭に浮か

んでしまい、申し訳ない気分に陥ったり、とかく浮世は悩ましい。
「個包装のお菓子が便利なんですよ」と教えてくれたひとがいた。商社勤続二十年以上の彼女は、出張帰りのお土産は箱の中身をバラして各自のデスクに分配できるお菓子に決めているという。律儀ねえ、と言うと「いやいや。荷物が嵩むし、自腹だし、探すのも面倒だから止めたいんだけど、みんな出張土産を買ってくるから自分だけ止められない」という返事だった。ううむ、そうだったのか。お土産は職場安泰のツールなのだった。
「土産」は、「宮笥」だったという説がある。江戸時代、庶民にとっての一生に一度の夢は伊勢神宮への参拝だった。しかし、伊勢まで出赴くには莫大な費用がかかるから、おいそれとは行けない。そこで、村人たちがお金を出し合い、くじ引きで参拝の代表者を決める「お伊勢講」の仕組みが生まれた。選ばれた者は、餞別をもらい、伊勢神宮で授かったありがたい御札を貼る板を人数分買ってきて分けた。この板が「宮笥」。また、街道や神社仏閣の門前で餅やだんご、饅頭などが売られるようになり、土地の名物として持ち帰る文化が育った――「お土産は日本独特の文化」だと言われる由縁である。

現代の日本にも「お伊勢講」の気分が引き継がれていると思うと、なにやら微笑ましい。脚絆姿で遠路はるばる街道を歩き、参拝の夢を叶えた伊勢神宮への旅。ようやっとの思いで休暇を取って出掛ける知床半島や屋久島、あるいはニューヨークやパリやロンドン……憧れの土地に足を運べば、「お伊勢講」のDNAが騒いでお土産を買わずにはいられない、わが愛しき日本人。

私も、数は少ないけれど、お土産は買います。ただ、いろんな顔を思い浮かべるのは楽しくても、さんざん迷って煩悩にまみれるのは切なく、旅先で荷物が増えるのもつらい。そこで、長年のお土産の定番として決めてきたのが塩である。理由は、いくつかある。

・それぞれの国や地方によって、製法や味やミネラル分が違う。
・塩を使わないひとは（たぶん）いない。
・賞味期限がない。
・場所を取らず、邪魔にならない。
・値が張らないから、買う側も渡される側も気楽。

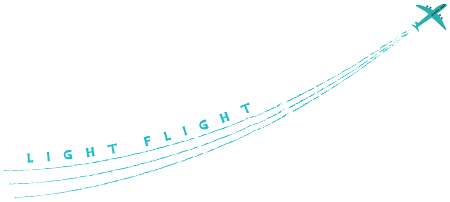
長年あちこち旅をするうち、これらをすべて充たすのが塩だと結論した。唯一の欠点は、それなりに重いところだけれど、私にとっても、買ってうれしい・もらってうれしいお土産No.1は塩である。

立ち寄った市場や食料品店、デ

PROFILE

Yoko Hiramatsu

作家、エッセイスト。食文化と文芸を執筆の大きなテーマに掲げ、ウィットに富んだチャーミングな表現のあいだに、読む者をハッとさせる気づきを忍ばせ、光らせる。近著に『ルポ 筋肉と脂肪 アスリートに訊け』（新潮社）など。



パート、日本なら道の駅で「ここにはどんな天然の塩があるかしら」と探すのは、わくわくする旅の時間だ。海水塩でも岩塩でも、海や土地の自然がまるごと凝縮された贅沢な味わい。持ち帰ったあとも、台所や食卓で旅の時間が続く喜びは格別だ。ただのもやし炒めも、ロンドン土産の海水塩マルドン、沖縄のぬちまーすで、どちらもにやにやしてしまう。

お土産嫌いのZさんの鼻先に、たとえば能登半島・珠洲（すず）で伝承される揚浜式の塩の小袋をぶら下げ、「能登に行ってきたの。ホントにいらない？」なんて言ってみたい気がしてきた。

イラスト：ソレイユ・イグナチオ
編集：山下美咲

目次に戻る

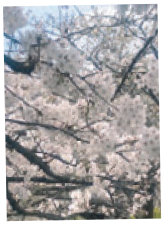
一足先の春の景色を娘と福岡で

菊地 千秋

東京の桜を待ちきれず、下の娘と福岡へ旅行して参りました。前日に用事のあった私は中部国際空港から、娘は羽田空港からそれぞれANAに搭乗し、待ち合わせをしました。今年成人式を迎えた娘ですが、ひとりで飛行機に乗るのは初めて。福岡空港の到着ロビーで娘の姿を発見したときにはあらためて大人になったなぁと感じました。

帰りの機内では東京ディズニーランドの夜景を見つけ「楽しい旅行だったね。また出かけようね」と笑い合いました。

ひとりでの搭乗が初めてでも全く不安がなかったそうです。親子での楽しい旅の時間をどうもありがとうございました。



郵便飛行

Yubinhiko

「次はどこに行こう?」帰りの飛行機で相談

間瀬 有里菜

ボランティアとして大学1年生の春から関わっている脳性麻痺の女性がいます。普段から活動的な彼女は車椅子でどこへでも移動します。おいしい食べ物と素敵な景色を楽しみたいという彼女の願いを叶えるためにこの度沖縄・石垣島へ旅行しました。3時間という長いフライトもANAスタッフの皆さんのおかげで快適に過ごすことができました。

海の青と山の緑のコントラスト、伝統的な家屋のある離島、そしておいしいごはん、すべてが素敵な思い出になりました。いま、石垣島での思い出を胸に、帰りの飛行機の中でこの文章を書いています。次はどこに行こうか？ という相談が始まりました。

飛行機での旅行の楽しみ。離陸時は紙で読みたい

渡邉 勝人

飛行機での旅行の楽しみは『翼の王国』だ。電子化されてダウンロードしてタブレットで読める時代になっても、搭乗時、CAさんに本を頂く。無線通信をしない状態なら離陸時でも電子機器を使えるようになったが、なんとなくこの時間は紙で読みたい気分なのだ。

昨年、復路が月末になったとき、もしやと思い「来月分もありますか？」と尋ねたら笑顔で「ございます」と渡してくれた。往路とは別の「おべんとうの時間」が読めてご満悦である。妻に荷物が増えると怒られてもだ。

お便り募集

郵便飛行では、皆様の旅の思い出をお待ちしています。原稿は250字程度、スナップ写真を添えて電子メールでお寄せください。お名前(フリガナ)、ご住所、電話番号の明記もお忘れなく。採用させていただいた方には、Amazonギフト券3,000円分をお贈りします。

宛先

電子メール

ml_prj_tsubasayubinhiko@ana.co.jp

(件名に「郵便飛行お便り募集係」と明記してください)

3,000円分プレゼント！

※掲載者の発表につきましては本誌での発表をもってかえさせていただきます。
文字数が多い場合等は、掲載の際に編集する可能性があります。ご了承ください。掲載されたお便りは『翼の王国』朗読版でもご紹介させていただきます。
※主催：『翼の王国』編集部　※Amazon はAmazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

ANAグループ機内誌『翼の王国』アンケートご協力のお願い

ANAでは、今後のよりよい誌面づくりに向け、アンケートを実施しています。ご協力いただいた方の中から抽選でご当選された方に賞品をお送りします。QRコードよりアンケートフォームへお進みいただき、お答えください。10分ほどで完了する内容です。ぜひご協力をお願いします。

賞品　色やサイズ等はお選びいただけません。賞品の個数は1つです。

A賞（10名様）

FRMA toner of toner / FRMA cream of cream

敏感肌、荒れた肌にもやさしい、無添加・次世代のクリーンビューティー。少量で長時間肌の潤い効果が続く美容化粧水＆クリーム

B賞（2名様）

今治謹製 紋織タオル

日本古来の唐草紋様と今治に面する来島海峡の荒波をイメージした波模様をジャカード織りで表現した、やわらかくコシのある今治タオル
※フェイスタオル2枚セット

C賞（5名様）

コツカンエアロダクト THE ロング

旅行での衣服を減らし、旅の荷物を軽減することに特化した携帯用衣類乾燥バルーン。コート・ワンピースにも対応した最新型　※衣類は付属していません

D賞（3名様）

珈琲碗「時しらせ」

日本の四季やもてなしの心を楽しむことができ、その季節や喜びの瞬間を教えてくれる極上のコーヒーカップセット

応募締切：毎月月末

詳しくは
アンケートフォームをご覧ください。

当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
アンケートでは、お名前・ご住所・電話番号をお伺いします。
ご応募はひと月あたりお一人様1回限りでお願いします。

『翼の王国』バックナンバーのお知らせ

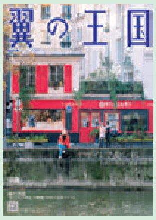
紙版（冊子）は、オンライン書店よりご購入いただけます。単品購読は1冊545円（消費税・送料込み）。定期購読は1年（12冊）5,995円（消費税・送料込み）。

購入ページはこちら

2024年6月号
海外特集／ソウル
国内特集／和歌山

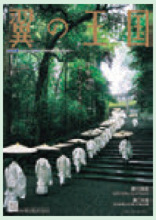
2024年5月号
海外特集／シカゴ
国内特集／大阪

2024年4月号
海外特集／クアラルンプール
国内特集／奥出雲



2024年3月号
海外特集／パリ
国内特集／沖縄

2024年2月号
海外特集／西インド
国内特集／八丈島



2024年1月号
海外特集／オーストラリア
国内特集／伊勢

アドベンチャーパーク森のかわなべ
鹿児島県南九州市川辺町野崎 8153 -1
tel : 050-3529-6424
E-mail:admori@kawanabe.info

鹿児島　体験

ドキドキわくわくアドベンチャーで最高の想い出を！

「知覧茶」などで知られる南九州市で、自然とふれあうとっておきの体験はいかがですか？　「アドベンチャーパーク森のかわなべ」では、大自然の中のアクティビティを楽しむことができます。とくに、100 mのジップラインを有する「天狗ダンジョンコース」は圧巻です。すべてのコースが、ACCT（チャレンジコース技術協会）の基準に基づいて設計されているため、こどもでも安全です（利用条件有）。アクティビティの予約は、観光体験予約サイト「みな、たび」で行えます。南九州市ならではの体験が紹介されているので、ぜひご利用ください。

南九州市役所
商工観光課　観光交流係
tel:0993-83-2511

京都　グルメ

「海の京都」京丹後市の夏 ～海とフルーツを体感しよう！～

京都府北部の京丹後市の夏は美しい海と旬のフルーツが楽しめます。モモ、ブドウ、ナシ等の中でも特におすすめはメロン！その中でも、糖度 15 度以上で厳しい検査を通過したものが、鳴砂(なきすな)で有名な琴引浜(ことひきはま)の名がついた「琴引メロン」。芳醇でみずみずしく上品な甘みとなめらかな食感が特徴です。さらにその中でも一定の基準を満たした京のブランド産品「京たんごメロン」は、全国へ出荷され、ANA のふるさと納税の返礼品でもご用意しております。ANA カレンダー Welcome Aboard 8 月でも京丹後市の魅力をお届けします！

京丹後市観光公社
tel : 0772-72-6070

京都府京丹後市内
6月下旬～8月上旬が旬

2024 年7月13日（土）～8月31日（土）の毎週土曜日に開催

【会場】山口県大島郡周防大島町町内各所
デイステージ（13:00～16:00）　道の駅サザンセトとうわ／竜崎温泉
ナイトステージ（17:00～20:00）　グリーンステイながうら／マリッサリゾート

山口　イベント

サタフラ 2024 （周防大島サタデーフラ 2024）

ハワイ州カウアイ島と姉妹島であり「瀬戸内のハワイ」と呼ばれる山口県周防大島町を舞台に、夏休み期間の毎週土曜日に開催される「サタフラ」ことサタデーフラ。全国から 100 組を超えるフラダンサーが周防大島に集い、屋外の天然芝をステージに美しい星空の下で素敵なフラが披露されます（※出演／観覧ともに無料）。海水浴場百選にも認定されている片添ヶ浜海浜公園は、海岸にヤシの木が並び、まるで海外のような美しい風景が広がります。周辺には海の家・オートキャンプ場・リゾートホテルなどがあり、滞在型の南国リゾート地としても人気のスポットです。

（一社）周防大島観光協会
tel : 0820-72-2134

別海町野付半島　６月中旬から7月下旬

北海道 観光

北海道遺産・野付半島と打瀬舟

北海道の東の端っこ、根室海峡に位置する野付（のつけ）半島。この半島は、日本最大の砂嘴（さし）でありエビのような独特な形をしています。湾内には、海藻のアマモが生い茂り、海のルビーとも称されるホッカイシマエビの棲みかとなっています。ホッカイシマエビの漁は、夏季は、6月中旬から7月下旬。アマモを舟のスクリューで傷つけないよう、大きな帆を張り風の力のみで網を曳く、伝統漁法･打瀬網漁で行われます。白い帆が波に浮かぶその姿は、野付の夏の風物詩とされ、野付半島と打瀬舟は北海道遺産にも登録されています。

別海町 総務部 総合政策課
tel: 0153-74-9501

鳥取 観光

水木しげる記念館リニューアルオープン!!

水木しげるロードのランドマーク、水木しげる記念館がこの春リニューアルオープンしました。「ゲゲゲの鬼太郎」などの代表作はもちろんのこと、「境港のしげる少年」に始まり、「水木しげると戦争」など、波瀾万丈な生涯を豊富な資料や映像展示を織り交ぜながら紹介しています。また企画展示室では、旧記念館では展示できなかった貴重な原画を、約半年ごとに内容を変えて展示します。第１回企画展は「鬼太郎の誕生～生まれかわる四つの物語～」。米子鬼太郎空港からは鬼太郎列車やバスも便利。水木しげるロードでお待ちしています。

水木しげる記念館
tel:0859-42-2171

水木しげる記念館©水木プロ

ビーナスラインからの眺め（写真提供元：Japan Alps Cycling プロジェクト）

長野 体験・アクティビティ

Japan Alps Cycling Road
信濃の国を一周する全長 878㎞の冒険

Japan Alps Cycling Road は、総延長 878㎞、獲得標高15,000m の長野県を一周するサイクリングルートです。アルプスをはじめとする雄大な山岳地帯だけでなく、なだらかでのどかな山里や水面が輝く湖もあり、区間によって景観や難易度が異なり、誰もが楽しめるルートになっています。澄みわたった空気、色とりどりの美しい草花、木々のざわめきに鳥のさえずり。自転車のスピードで走ってこそ、こうした長野の魅力を五感で満喫できます。

長野県観光スポーツ部観光誘客課
tel:026-235-7253（直通）
E-mail：kankoshin@pref.nagano.lg.jp

ニュース

羽田空港ANA国際線は第2・第3旅客ターミナルを使用しています

■羽田空港ANA運航の国際線出発便·使用ターミナル

路線＼出発ターミナル	第2旅客ターミナル	第3旅客ターミナル
北米・太平洋路線	ホノルル、ニューヨーク	ワシントンD.C.、ロサンゼルス、ヒューストン、シアトル、シカゴ、サンフランシスコ、バンクーバー
ヨーロッパ路線	フランクフルト、ミュンヘン、ロンドン、パリ、ウィーン	―
アジア・オセアニア路線	バンコク、シンガポール、ジャカルタ、シドニー、ソウル(金浦)、台北(松山)、香港、上海(虹橋)、深セン、広州	ホーチミンシティ、北京、青島、マニラ、クアラルンプール、デリー、上海(浦東)

※他航空会社が運航する国際線およびコードシェア便は第3旅客ターミナルからの出発・到着となります。※対象期間は2024年3月31日(日)～2024年10月26日(土)ご搭乗分までとなります。※到着便のターミナルは出発便とは異なる場合があるため、ご自身でご確認ください。※ANA国内線の使用ターミナルに変更はありません。

ANAが運航する羽田空港発着の国際線は「第2旅客ターミナル」と「第3旅客ターミナル」の両方を使用しています。路線ごとにターミナルが異なるため、ご出発前にご利用便のターミナルをご確認のうえ、空港へお越しください。

ターミナルの確認方法

〈出発便〉eチケットお客様控えへの表示／ANAウェブサイト（予約確認・空席照会・運航状況の案内ページ）／ANAがお送りするメール／SMSおよびアプリプッシュ配信
〈到着便〉ANAウェブサイト（運航状況の案内ページ）

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ANA トラベラーズ／ニュース

日本を旅しよう 旬を感じる周遊プラン 航空券付き添乗員同行プラン

黒岳ロープウェイ
画像提供：層雲峡観光協会

青森ねぶた祭
画像提供：(公社)青森観光コンベンション協会

どちらのコースもきめ細かな心配りを持った現地添乗員が皆様の旅を演出いたします。*往復航空券付きプランと現地参加プランをお選びいただけます。

出発日：2024年8月4日(日)から10月10日(木)の特定日出発
※コースによって異なります。詳細は各コースでご確認ください。

*「東北夏祭り」のコースは現地参加プランのみです。

ツアーのポイント

【北海道】紅葉の名所とぶどうワイナリーの見学へ!
- 日本一早い紅葉といわれる大雪山の麓での「奇跡のイルミネート」鑑賞や大雪山連峰を一望できる「黒岳ロープウェイ」からの紅葉をお楽しみください。
  ※「奇跡のイルミネート」は例年9月中旬～10月中旬頃開催されます。
- 「いけだワイン城」や「ふらのワイン工場」で見学やワインテイスティングをお楽しみいただけます。

【東北】東北の夏を彩る三大祭りを鑑賞!
- 1日目「秋田竿燈まつり」と2日目「青森ねぶた祭」では観覧席をご用意しております。
  ※3日目「仙台七夕まつり」は自由見学となります。
- 「奥入瀬渓流」や「中尊寺」などの名所を訪れ、東北ならではの食事もお楽しみいただけます。

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

※掲載している情報は5月29日時点のものです

INFO 03

ANA トラベラーズ／キャンペーン

ANAトラベラーズゴルフ 5倍マイルキャンペーン実施中！

～予約代表者様に通常のマイル（プレー代金合計100円につき1マイル）の5倍を積算～

ANAのウェブサイトからゴルフ場の予約ができることをご存じでしょうか？　「ANAトラベラーズゴルフ」では全国のゴルフ場をダイレクトに予約可能！　予約代表者の方には同行者のプレー代金を含めた総額に対して、100円につき1マイルが貯まります！　現在おトクなキャンペーンを実施中！　キャンペーン期間中にご予約、対象利用期間中にプレーしていただくと通常の5倍マイルをプレゼント！　ANAがオススメするゴルフ場も多数掲載しております。キャンペーンは今月7月31日（水）予約分まで。詳しくは以下のQRコードよりご確認いただけます。近場のゴルフ場や飛行機を使ってこれからの心地よい季節にゴルフを楽しみませんか？

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 04

ANA トラベラーズ／ニュース

ANA Cargo スカイツーリング2024

レンタルバイクではなく、ご自身のバイクで九州、沖縄、関東、北海道、関西をツーリングできる今までにないバイク輸送サービスです。バイク輸送のみの商品のため、ホテル・航空券などはお客様ご自身で自由にカスタマイズしていただけます。今年度からは5つの空港（羽田空港、伊丹空港、新千歳空港、福岡空港、那覇空港）で行き来ができるようになりました。ツーリングに最高な夏の時期にぜひご自身の愛車で日本中をツーリングしてみませんか？

販売期間：
2024年4月1日（月）～
2024年9月30日（月）

路線展開

- **新千歳空港→羽田／那覇／伊丹／福岡**
- **羽田空港→新千歳／伊丹／福岡／那覇**
- **伊丹空港→新千歳／羽田／福岡／那覇**
- **福岡空港→新千歳／羽田／伊丹／那覇**
- **那覇空港→新千歳／羽田／伊丹／福岡**

■申し込み方法：
下記QRコードより各路線ごとにある申し込みフォームにて情報入力、その後担当者よりご連絡差し上げます。

スカイツーリングをご利用いただいたお客様へは路線限定のステッカー、マグカップをプレゼント。

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ANA FESTA／ニュース

夏休み中のお土産を買うなら、ぜひ空港売店【ANA FESTA】で！ANA FESTA稚内ロビー店のおすすめ商品はこちら

小鹿 流氷まんじゅう

日本最北端の宗谷岬に流れる流氷をイメージした銘菓です。しっとりふわふわの蒸しケーキにホワイトチョコをコーティング、控えめな甘さが年代を問わず人気です。冷やすとキリリとした味わいも楽しめます。
価格：1,134円（5個入）2,268円（10個入）3,402円（15個入）4,536円（20個入）

中央水産 たこと昆布のアヒージョ

宗谷産みずだこと利尻昆布のうまみがマリアージュした、温めてもそのままでも楽しめるお酒に合うおつまみです。出汁のうまみが凝縮されたオイルはパスタに和えても美味！
価格：1,080円（1袋）

2024年6月24日(月)開始

アンケートキャンペーン 実施中！

ANA FESTAでは、より良いお店づくりのために、アンケートを実施しております。ご回答いただいたお客様の中から抽選で10名様にANA FESTAおすすめ商品セットをプレゼント！

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

流氷まんじゅう

たこと昆布のアヒージョ

ANAふるさと納税／キャンペーン

【ANAのふるさと納税】ANAカードで連続寄付キャンペーン

キャンペーン概要

■**実施期間：**
2024年6月1日(土) 00:00 ～ 2024年8月31日(土) 23:59

■**条件：**キャンペーンに参加登録のうえ、毎月ANAカードで25,000円以上の寄付

■**マイル付与率：**
2ヶ月連続寄付でANAカードマイルプラスのマイル※が4倍
3ヶ月連続寄付でANAカードマイルプラスのマイルが6倍

※ANAカードマイルプラス：寄付金額200円につき1マイル

寄付のお礼として寄付金額100円につき1マイル、ANAカードだとさらにマイルが貯まる「ANAのふるさと納税」。
今回、ANAのふるさと納税ではANAカードで寄付をされた方を対象にしたキャンペーンを実施します。
今年もANAのふるさと納税で楽しく、美味しくふるさとを応援しませんか？

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 07

ANA FINDELISH／ニュース

【ANA FINDELISH】
カレーミックスセット 好評販売中！
～ANA機内食担当シェフのこだわりをご自宅で～

暑い夏こそカレーを食べて、世界中を元気に旅しよう！「ANA FINDELISH(ファインデリッシュ)カレーミックスセット」は、ANAのファーストクラスで提供している「阿波尾鶏とマッシュルームのカレー」３個、ANAの機内食を担当するシェフ監修の「ビーフカレー」１個、「チキンカレー」１個、「ポークカレー」１個の計６個が入ったセットです。商品のパッケージにも趣向を凝らし、それぞれ異なる特徴を持つルー・具材を使用したこだわりの逸品をぜひご堪能ください。ANAのマイルが貯まる、使える！　ANA Mallにて好評販売中です。

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 08

ANAリサーチ／ニュース

【ANAリサーチ】
アンケートに答えてマイルを貯めよう！

アンケートに答えるだけでマイルに交換可能なポイントが貯まるサービス「ANAリサーチ」をご存じでしょうか。スキマ時間にアンケートに答えてポイントを貯めておき、目標とするマイル数まであと少し足りない時にポイントを交換することで短期間でのマイルの獲得が可能です。また、貯まったポイントは20ポイントごとに８マイルに交換できます。ANAマイレージクラブ会員であればすぐに始めることができる「ANAリサーチ」で、スキマ時間にマイル活動をしてみませんか？

今ならおトクにポイントが獲得できるキャンペーン実施中！

2024年7月1日(月) ～ 2024年7月31日(水)

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ニュース

北海道で咲いたすずらんとしおりをお届けしました

第69回「しあわせの花 すずらん」贈呈式

ANAグループが取り組んでいるすずらん行事は、1956年から続く伝統的な社会貢献活動です。ANAグループの客室乗務員が全国の赤十字病院と関連施設を訪れ、北海道千歳市近郊で咲いたすずらんと社員からのメッセージを添えたしおりを贈呈しました。しおりのデザインは社内公募によるもので、すずらんの爽やかな香りも施しています。また、5月には、日本赤十字社医療センターにて贈呈式を執り行いました。ANAグループは、これからも「あんしん、あったか、あかるく元気！」をお届けする社会貢献活動に取り組み、SDGsの達成にも貢献していきます。

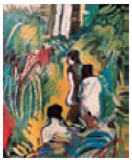
詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ニュース

地球上のあらゆる文化を知る、たびがもっと面白くなる「ANA ART TRANSIT」7月作品のご紹介

堀江たくみ

佐直麻里子



菊谷達史

旅・地域・多様性をキーワードに社会とアートをつなぐポータルサイト【ANA ART TRANSIT】では、国内外のアートプロジェクトや、世界各地で活躍する現代アーティストたちを幅広くご紹介しています。7月度は、石川県・金沢を拠点に活動する3名のアーティストの作品をご紹介します。現代的な工芸を手掛ける堀江たくみ、自然とのつながりや関係性をテーマにした日本画を制作する佐直麻里子、身近な写真をもとに現代絵画に取り組む菊谷達史の作品をANAショッピングA-styleにて取り扱います。ANA ART TRANSITのサイトでは、この他にも絵画やデジタルアート(NFT)など様々な作品をご鑑賞、ご購入いただけますので、ぜひお楽しみください！

※ANA公式のショッピングサイト「ANAショッピング A-style」では、貯めたマイルを使って「1マイル＝1円」としてご利用いただけます。

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 11

ニュース

【ANAエアラインスクール】沖縄で！ 初めて！ 2024年9月開講 短期集中キャビンアテンダントコース・グランドスタッフコースのご案内

■沖縄校（キャビンアテンダントコース・グランドスタッフコース）
開 講 日：2024年9月 6 日（金）
申込締切：2024年8月21日（水）23:59まで
※定員になり次第締め切らせていただきます。
※2024年7月20日（土）那覇空港にて説明会実施予定。

今回、沖縄で初めてANAエアラインスクールを開講いたします。機内や空港で活躍する現役のANAグループ社員が講師を担当し、ANAが培った「おもてなしの心」「チームスピリット」を演習やワークを通してお伝えします。また、コース受講特典として、那覇空港でのグランドスタッフの実務体験もご用意しています。コースで学んだことを活かし、ANAのサービスマインドを体感してください。青い空、青い海の沖縄で、この機会にコースを受講してみませんか？

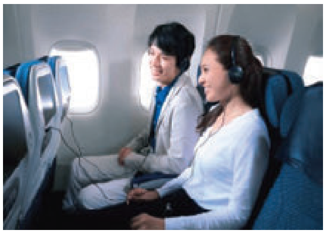
詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 12

お客様の声にこだわっています

機内エンターテインメントプログラムを充実させました

【お客様の声】
機内で映画を観ることをいつも楽しみにしています。
映画の種類を増やしていただけると嬉しいです。



ANAでは国際線機内エンターテインメントの映画やビデオのラインナップを充実させるとともに、機内エンターテインメントのウェブサイトも刷新しました。これにより、ウェブサイト上で機内エンターテインメントコンテンツの詳細情報をご確認いただけるようになったほか、ジャンルごとに映画を検索できるようになり、これまで以上に観たい映画をお探しいただきやすくなりました。ご搭乗に際し、充実したANA機内エンターテインメントをぜひお楽しみください。

ご意見・ご要望デスク
0120-029-787
携帯電話をご利用の場合
0570-029-787（全国一律料金）

国際電話をご利用の場合など
03-6735-7922（有料）
受付時間 9:00 ～ 17:00（年中無休）

ANAのサービスについての
ご意見・ご要望をお寄せください。
※機内にはご意見をご記入いただける用紙「お客様の声」を搭載しています。客室乗務員にお声をおかけください。

ご意見・ご要望

ご搭乗に際してのお願い

航空法に基づく保安検査の義務化について

凶器や危険物の航空機内への持ち込みは航空法により禁止されています。また、航空法改正に伴い2022年3月10日から、航空機搭乗前の保安検査の受検が義務化されます。 保安検査を受けずに保安検査場より先に進んだ場合、航空法違反となり、1年以下の懲役または50万円以下の罰金が科せられる場合があります。ご搭乗の際は、保安検査員や関係職員の指示に従い、保安検査を受検いただきますよう、お願い申し上げます。

機内安全のため、持ち込み手荷物削減にご協力をお願いいたします

機内持ち込み手荷物について
(お1人様1個まで)

機内で安全かつ快適にお過ごしいただくために、機内へ持ち込めるお手荷物は、身の回り品(ハンドバッグ、カメラ、傘など)のほか、下記の条件のお手荷物1個となります。なお、下記のサイズ以内のお手荷物の場合でも、客室内に収納できない場合にはお預かりの手荷物として貨物室に搭載させていただく場合がございますので、ご了承ください。下記サイズを超えるお手荷物(キャリーバッグ、ベビーカー、麻袋など)はお預けください。

※3辺の合計には付属品(ハンドル・車輪など)を含みます。

お持ち込みお手荷物のサイズ

	3辺の合計	H(高さ)	W(幅)	D(奥行)	重量
ANA(下記を除く) エア・ドゥ、ソラシド エア(SNA)、スターフライヤー	115cm以内	55cm	40cm	25cm	10kgまで
ANA(機種Q4A) IBEXエアラインズ、オリエンタルエアブリッジ	100cm以内	45cm	35cm	20cm	10kgまで

機内でのお願い

安全かつ快適にお過ごしいただくため、お手荷物は座席上の共用収納棚、または前の座席の下に収納してください。通路・非常口付近など、非常時に脱出の妨げになる場所へお手荷物を放置することは、法令で禁止されています。前に座席のない席(スクリーン前・隔壁前)は、足元にお手荷物は置けません。お客様の安全のため、収納状況が適切でない場合には客室乗務員が声をかけさせていただきますので、指示に従ってください。

● ギターなど楽器類

機内持ち込みサイズを超える楽器(ギターなど)は、あらかじめお客様にて梱包のうえ、カウンターにてお預けください。機内に持ち込む場合には、別途料金が必要となる場合がございますので、ご予約の際にお問い合わせください。国内線では、ギター、小型楽器(90㎝以内)、コントラバス専用の輸送ケースもご用意しております。詳しくは、予約センターまでお問い合わせください(ただし、使用状況によりご用意できない場合もあります)。

● キャリーバッグにご注意ください

機内の収納スペースには限りがあるため規定サイズ内でも持ち込みできない場合があります。

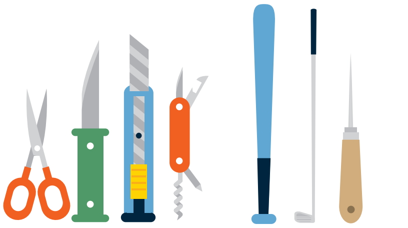
● ライターは1人1個まで

喫煙用のライターはお1人様1個に限り、持ち込みができます。オイルタンク式、葉巻用ライター、プリミキシングライター(ターボライター、ジェットライター、ブルーフレームライター等)、不測の作動防止機能のないリチウム電池で駆動するライターは持ち込みできません。ライターの置き忘れにご注意ください。

機内持ち込み制限品の取り扱いについて

ハサミ・ナイフ類、その他凶器となり得る物品をお持ちの場合は、手荷物カウンターでお預けいただくか、「放棄品箱」へ廃棄願います。保安検査強化にご理解とご協力をお願いいたします。また、引火性物質等の危険物は航空機内への持ち込み、およびお預かり手荷物としての取り扱いはできません。危険物を所持している場合は、出発保安検査場に設置されている「放棄品箱」に廃棄願います。

● 刃物類の機内への持ち込みは航空法違反となり、2年以下の懲役または100万円以下の罰金が科せられる場合があります。



ナイフ/ハサミ類　先の尖った物/バット類

※モデルガン等の凶器類似品等も機内持ち込み禁止です。

国土交通省:航空機搭乗前の保安検査を受けるにあたっての注意事項について

詳細

【国際線】TOPICS

機内持ち込み手荷物の制限

❶1容器あたり100mℓを超える液体物・ジェル・エアゾール類を機内にお持ち込みいただくことはできません。

❷1容器あたり100mℓ以下の液体物・ジェル・エアゾール類は個数にかかわらず機内持ち込み可能です。ただし、保安検査および搭乗の際に1ℓ以下の再封可能なジッパー付保存袋1枚に入れ、機内持ち込み手荷物とは別に検査を受ける必要があります。容器の大きさが100mℓを超えるものは、中身の液体の量が100mℓ以下でも持ち込みは不可となります。

❸保安検査後の免税店等で購入した液体類は機内持ち込みが可能です。ただし、海外で乗り継ぎをする場合には、没収などの可能性がありますので、当該国のルールに従う必要があります。

※日本で乗り継ぎがある場合、機内で購入された免税品であっても上記❶❷のルールが適用となり100mℓ以上のものは没収となります。詳細はANA SKY WEBをご覧ください。

ライターの制限(海外空港発便)

中国(香港を除く)、インド、フィリピン、ミャンマーを出発する全便において、航空機へのマッチ・ライターの持ち込みは禁止されています。お預けになる手荷物の中に入れることも禁止されていますのでご注意ください。

お客様のご理解とご協力をお願いいたします。

ANAおからだの不自由な方の相談デスク

ANAおからだの不自由な方の相談デスクでは、病気やけが・障がいによりおからだの不自由なお客様に、安心して快適な空の旅をお楽しみいただけますよう、航空機のご利用に関するご相談やご希望を伺っております。

以下のお客様は必ず事前にお知らせください。

- ▶ 機内で医療用酸素ボンベや酸素濃縮器(POC)を使用されるお客様(医師の搭乗許可・診断書が必要です)
- ▶ その他の医療機器を使用されるお客様
- ▶ ストレッチャー(簡易ベッド)を使用されるお客様
- ▶ 保育器を使用されるお客様
- ▶ その他機内で特別な医療行為を必要とされるお客様
- ▶ お手伝いが必要な方が10名以上いらっしゃる団体のお客様

TEL 0120-029-377
0570-029-377(全国一律料金)
☎ 03-6741-8900
※携帯電話からはフリーダイヤルをご利用いただけません。
FAX 0120-029-366 (年中無休 9:00～17:00)

ANAでは、耳や言葉が不自由で電話ができないお客様へ、TV電話での手話やチャットなどを使い、リアルタイムでANAオペレーターとやりとりができる「ANA専用代理電話サービス」をご提供しております。 詳細

機内で安全かつ快適にお過ごしいただくために

ご搭乗の皆様にご協力いただく事項がございます。

Tips for a Safe and Comfortable Flight

We ask for your cooperation on the following matters.

Consejos para un Vuelo Seguro y Cómodo

Le pedimos su cooperación en lo siguiente.

深部静脈血栓症 / 肺塞栓症（いわゆるエコノミークラス症候群）の予防

To Reduce the Risk of Deep Vein Thrombosis / Pulmonary Embolism (So-called Economy-class Syndrome)

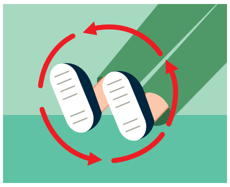
Para Reducir el Riesgo de Trombosis Venosa Profunda o Embolia Pulmonar (el denominado Síndrome de la Clase Económica)

長時間同じ姿勢で座っていると、足の静脈にうっ滞が起こり、血のかたまり（深部静脈血栓）が生じることがあります。この血のかたまりの一部が血流に乗り、肺に流れて肺の血管を閉塞してしまうと（肺塞栓）、胸痛や息切れが起こり、最悪の場合には死に至ることもあります。深部静脈血栓症を予防するために適度の水分を摂り、アルコールは飲みすぎず、足の運動をこまめに行いましょう。

Sitting cramped for long periods may interfere with blood flow, and consequently, a blood clot develops in the deep leg veins (Deep Vein Thrombosis; DVT). A blood clot may travel to the blood vessel of the lungs causing a blockage. This is called a pulmonary embolism, which cause a chest pain, difficulty of breathing and may be fatal. In order to prevent DVT, drink sufficient water, moderate your intake of alcohol, and stretch your legs frequently.

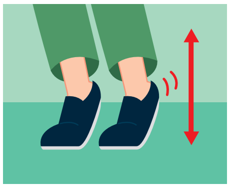
Sentarse en un espacio estrecho por largos periodos podría interferir con el flujo sanguíneo, ocasionando la formación de un coágulo sanguíneo en las venas profundas de las piernas (Trombosis Venosa Profunda; TVP). Un coágulo sanguíneo podría viajar hasta los vasos sanguíneos de los pulmones y causar una obstrucción. Esto se denomina embolia pulmonar, lo que causa dolor en el pecho y dificultad para respirar, pudiendo en algunos casos ser fatal. Con el fin de prevenir la TVP, tome suficiente agua, modere su consumo de alcohol, y estire las piernas con frecuencia.

1. 足先を十分に伸ばしたり、曲げたりする。
Bend and flex your feet.
Doble y flexione sus pies.



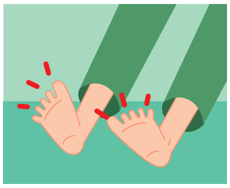
2. 足全体をゆっくりと大きな円を描くように回す。
Move your feet in a slow circular motion.
Mueva sus pies lentamente describiendo un movimiento circular.

3. ふくらはぎ全体をこぶしでトントンと軽く叩く。
Use your fist to gently tap your calves.
Use su puño para golpear suavemente sus pantorrillas.



4. 足を上下につま立ちする。
Lift your ankles up and down, bending your feet at your toes.
Levante y baje sus tobillos, doblando sus pies a nivel de los dedos.

5. 足の指でじゃんけんのグーをつくる。
Curl your toes.
Arquee sus dedos.



6. 足の指でじゃんけんのパーをつくる。
Point your toes.
Extienda sus dedos.

幼児連れのお客様へ　For Passengers with Small Children

座席列の酸素マスクには個数制限があるため、複数の幼児は同じ座席列にご着席いただけません（座席を確保する場合を除く）。機内では座席の移動はお控えください。また、機内には飛行機特有の設備がございます。「ひじ掛け」や「収納式テーブル」などにお子様の指をはさまないようお気をつけください。

Due to the number of oxygen masks per seat row, more than one small child may not be seated in the same row (excluding seat reservation). Please refrain from changing your seats. Also, there is aircraft-specific equipment on board the plane. Please be careful not to let your children catch their fingers in places such as the armrest or retractable table.

ひじ掛け
Armrest

収納式テーブル
Table

座席ベルトの金具
Seatbelt Buckle

化粧室の扉・ゴミ箱のふた
Lavatory Door Trash Box Lid

その他のお願い　Other requests

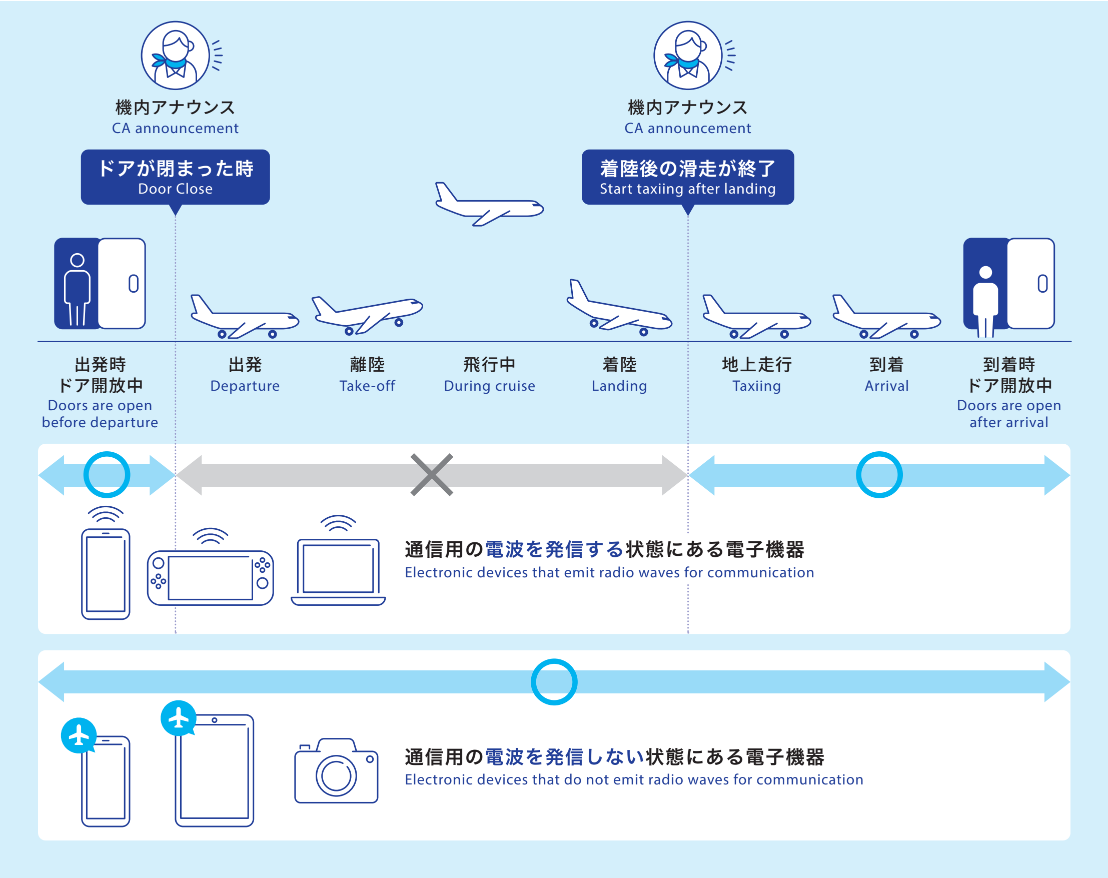
無断で他のお客様や社員を撮影・録音する行為は、周囲のお客様のご迷惑や安全・業務の妨げとなる場合がありますのでご遠慮ください。

ANA Group requests all passengers to refrain from photographing, shooting or recording other passengers and staff/crew without their consent, as it may cause inconvenience to other passengers or may interfere with safety/duties.

機内での電子機器の使用制限について
Restrictions on Use of Electronic Devices on Board

国土交通省が告示で「航空機の運航の安全に支障を及ぼすおそれのあるもの」について、以下のとおり定めています。出発時「飛行機のドアが閉まった時」から「着陸後の滑走が終了する時」まで、下記の電子機器の使用が制限されています。

The devices listed below have been stipulated by Japan's Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism (MLIT) as having the potential to affect the safety of flight operations as follows.
From when the doors are closed for departure until the aircraft starts taxiing after landing, use of electronic devices listed in below is restricted.



作動時に通信用の電波を発信する状態にある以下の電子機器はご使用になれません。(出力100ミリワット以下のものを除く)
機内モード等の電波を発信しない状態(設定)にするか、
電源をお切りください。

(注)客室乗務員がアナウンスにてお知らせいたします。

航空機外の設備と無線通信を行う状態にある携帯電話(スマートフォン含む)、パーソナルコンピューター、携帯情報端末、電子ゲーム機、携帯型データ通信端末、トランシーバー、無線操縦玩具、ワイヤレスマイク

(注)機器同士のBluetooth接続(ワイヤレスヘッドホン、医療機器等)やWi-Fi接続(電子ゲーム機等)は常時ご使用になれます。

作動時に通信用の電波を発信しない状態*にある
電子機器については、
すべての飛行機において基本的に常時ご使用になれます。

携帯電話(スマートフォン含む)、パーソナルコンピューター、医療機器、DVDプレーヤー、デジタルカメラ、電子機器等

*通信用の電波を発信しない状態(設定)とは、電源をON(入)にしていても通話やメールの送受信、インターネット機能がOFF(切)になっている状態を指します。

Electronic devices that emit radio waves, as follows, cannot be used. (This excludes any of the devices listed below that have an output power of 100 mW or less.)
Please set such devices to not emit radio waves
or turn them off.

(Note) Cabin attendants will be making an announcement.

Cell phones (including Smartphones), Personal computers, Personal digital assistants, Electronic games and Mobile routers that communicate by radio waves to facilities outside the aircraft,Transceivers, Radio-controlled toys, Wireless microphones

(Note) Bluetooth connection between devices (such as wireless headphones and medical equipments) and Wi-Fi connection (for electronic games) can be used at any time.

Electronic devices that do not emit radio waves for communication* can generally be used at any time.

Examples: Cell phones (including Smartphones), Per-sonal computers, Medical equipments,DVD players, Digital cameras, e-book readers, etc.

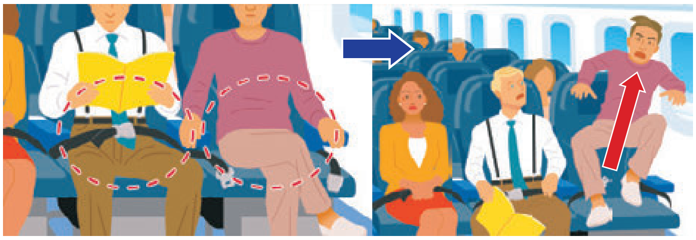
*Means the sending/receiving of phones/mails and the internet function is set to OFF even when the power is turned ON. Cell phones functions should be set to "flight", "self", "radio wave off", "offline" or "personal" modes (names differ according to company).

- 携帯電話での通話は周囲のお客様のご迷惑になりますのでお控えください。
- 機長が安全運航に支障があると判断した場合、使用可能な時期であってもご使用をお控えいただく場合がございます。ご了承ください。
- 右ページ記載の出力100ミリワット以下の電子機器であっても、その電子機器の使用により他のお客様に不快感を与えたり、迷惑または危険を及ぼしたりするおそれがある場合はご使用をお控えいただきます。
- 記載のある電子機器以外でも別途当社の定めにより使用を制限している機器がありますので、電子機器の使用状況について客室乗務員が声をおかけする場合がございます。またペースメーカー等、医療機器をご使用のお客様が近くにいらっしゃる場合、電子機器のご使用をお控えいただくこともありますのでご協力をお願いいたします。
- 出発時の非常用設備に関するご案内（VTR上映／客室乗務員のデモンストレーション）にご注目ください。また安全に関する客室乗務員からのご案内にご注意ください。
- 緊急時脱出の妨げとなるような電子機器類は、前の座席の下または座席の上の物入れにご収納ください。また、電子機器が座席の間に挟まって破損する場合がありますので、保管にはご注意ください。
- 携帯電話（スマートフォン含む）、電子ゲーム、DVDプレーヤーなどをご使用の際は、周りのお客様へのご配慮をお願いいたします。

- Please be considerate of other passengers and refrain from making phone calls.
- The use of electronic devices may still be prohibited at any time for safety reasons if the pilot determines that their usage will interfere with flight operations. Your kind understanding will be appreciated.
- Even if your electronic devices listed on the page to the right and has an output power of 100 mW or less, you may beasked to refrain from using it if there is a risk that it will cause discomfortor inconvenience to or endanger other passengers.
- ANA may restrict the use of electronic devices other than those listed and cabin attendants may ask for your cooperation. If passengers using medical equipment such as pacemakers are seated nearby, you may be asked to refrain from using electronic devices.
- Please be sure to check the safety information provided by the cabin attendants or the safety video. Also, please pay attention to other safety-related instructions by the cabin attendants.
- Please store your electronic devices under the seat in front of you or in the overhead compartment so that they will not obstruct evacuation in the event of an emergency. Please also take care not to damage your electronic devices by storing them (and getting them stuck) between the seats.
- Please use your cell phones, electronic games and DVD players, etc., with consideration for other passengers on board.

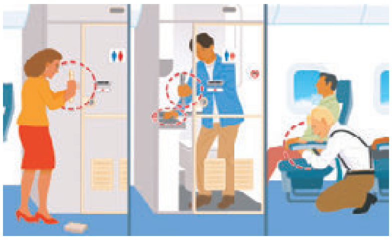
飛行中の揺れに備えて　Prepare for in-flight turbulence

飛行中は予測できない突然な揺れに遭遇することがあります。　During the flight, we may experience unexpected turbulence.



お座りの間は、
常にシートベルトを腰の低い位置で緩みのないようお締めください。

Please keep your seat belt fastened tight and low whenever you are seated.



揺れを感じた場合には、
すぐに手の届く場所におつかまりください。

In the event of sudden turbulence, hold on to something immediately.

機内の安全を阻害する行為について　Unruly Behaviors on Board　Comportamientos Indisciplinados a Bordo

航空機の安全を害する行為のほか、機内の人や財産に危害を及ぼす行為、機内の秩序を乱す行為、機内の規律に違反する行為は「航空法第73条の3」で禁じられています。特に国土交通省が定めた以下の行為については、機長の命令に背き行為を中止しなかった場合、50万円以下の罰金が科せられます。安全運航のためにご協力をお願いいたします。

- 乗降口または非常口の扉の開閉装置を操作すること
- 化粧室で喫煙すること（喫煙には、電子タバコや加熱式タバコ等、蒸気を発生させるものも含む）
- 乗務員の職務を妨害し、安全の保持等に支障を及ぼすおそれがある行為をすること
- 告示により禁止された電子機器を使用すること
- 指示に従わず座席ベルトを着用しないこと
- 離着陸時において、座席の背、テーブル、フットレスト（レッグレスト）を所定の位置に戻さないこと
- 非常脱出の妨げになる場所へ手荷物を放置すること
- 告示により定められた消火器、非常用警報装置、救命胴衣等を操作または移動すること

Acts jeopardizing the safety of the aircraft, harming the passengers or their properties on board, disrupting the order in the cabin, or disturbing the discipline in the cabin are prohibited by the "Civil Aeronautics Law of Japan, Article 73-3". For the following specific behaviors stipulated by the MLIT, if you do not stop such acts despite the Captain's order, you will be subject to a fine up to 500,000 JPY. We ask for your cooperation for a safe flight.

- Operating the handle or other mechanisms of a cabin door or an emergency exit
- Smoking in the lavatory. This includes the use of smoking devices that generate vaper.
- Interfering with crew duties, which may hinder the safety of the aircraft
- Using electronic devices prohibited by the MLIT ministerial notice
- Not following the instruction to fasten the seat belt
- Not returning the seat back, table, or footrest (legrest) to its original position during takeoff or landing
- Leaving baggage in a place hindering the emergency evacuation
- Using, operating, or moving of fire extinguishers, evacuation signal system, life vests, etc. stipulated in the MLIT ministerial notice

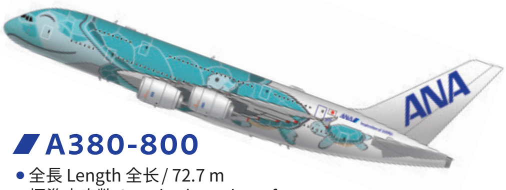
Las acciones que pongan en peligro la seguridad de la aeronave, inflijan daño a los pasajeros o a sus propiedades a bordo, alteren o perturben el orden en la cabina, o perturben la disciplina en la cabina, están prohibidas según el "Artículo 73-3 de la Ley de Aeronáutica Civil de Japón". En el caso específico de los siguientes comportamientos estipulados por el MLIT, si usted no se detiene a pesar de recibir la orden del capitán, estará sujeto a una multa de hasta 500,000 yenes. Le pedimos su cooperación para un vuelo seguro.

- Manipular la manija u otros mecanismos de una puerta de la cabina o de una salida de emergencia
- Fumar en los baños (incluyendo también los dispositivos para fumar y los productos que generan vapor)
- Interferir con las tareas de la tripulación, lo cual podría comprometer la seguridad de la aeronave
- Utilizar dispositivos electrónicos prohibidos por la notificación ministerial del MLIT
- No seguir la instrucción de abrochar el cinturón de seguridad
- No regresar el respaldo del asiento, la mesa o el reposapiés a su posición original durante el despegue o aterrizaje
- Dejar su equipaje en un lugar que dificultaría la evacuación de emergencia
- Utilizar, manipular o mover de lugar los extintores, el sistema de señales de evacuación, los chalecos salvavidas, etc., estipulados en la notificación ministerial del MLIT

ANAグループ航空機のご案内

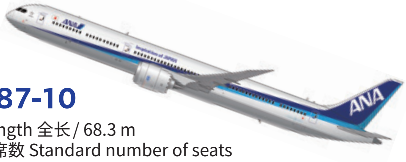
ANA 航空集团航班客机指南

ANA GROUP FLEET INFORMATION



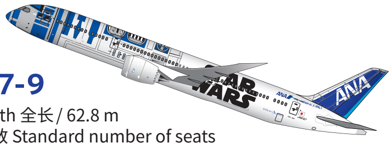
A380-800
- 全長 Length 全长 / 72.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / INT:520

B777-300
- 全長 Length 全长 / 73.9 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 514 (-300 ER: 212)



B787-10
- 全長 Length 全长 / 68.3 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 429 (INT:294)

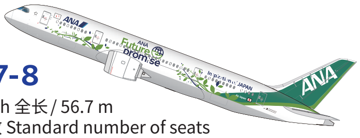
B777-200
- 全長 Length 全长 / 63.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 392; 405



B787-9
- 全長 Length 全长 / 62.8 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 /375; 395 (INT: 215; 246)

B777F / B767-300F·300BCF
- 貨物専用機 freighter 货运专机
- 全長 Length 全长 / 63.7 m (54.9m)

B767-300
- 全長 Length 全长 / 54.9 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 270 (INT: 202)



B787-8
- 全長 Length 全长 / 56.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 335 (INT: 184; 240)

AIRBUS A321
- 全長 Length 全长 / 44.5 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 194

AIRBUS A320
- 全長 Length 全长 / 37.6 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / INT:146

B737-800
- 全長 Length 全长 / 39.5 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 166

BOMBARDIER DHC-8-400
- 全長 Length 全长 / 32.8 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 74

国内線 シートマップ

国際線 シートマップ

ANAの航空機とシートマップを機種別にご覧いただけます。

空港ガイド 国内線

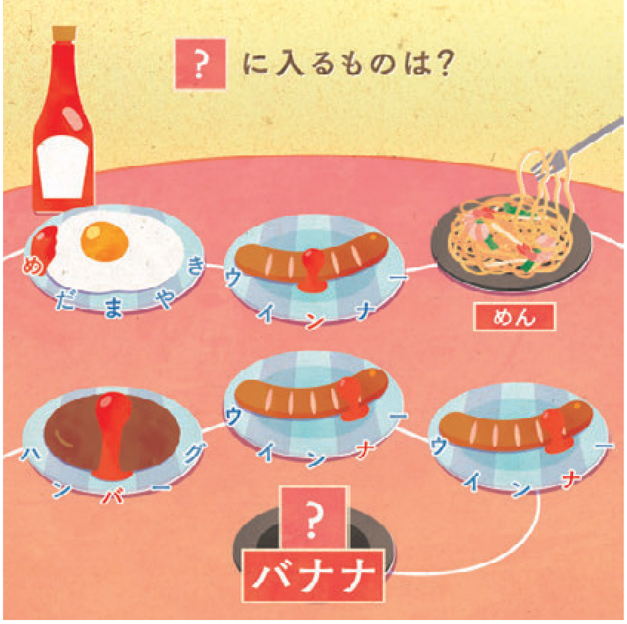
空港ガイド 国際線

就航都市に関する空港情報や基本情報をご案内いたします。

謎解き de 世界一周 解答ページ

まだ問題を解いていない人は、p.12、13を先にご覧ください。

1問目 答え　バナナ



解説 それぞれの料理が載っている皿が5つに区切られていることに注目。区切りに1文字ずつ「めだまやき」「ウインナー」を当てはめると、ケチャップがかかっている部分を順に読むと「めん」となる。同じように「ハンバーグ」「ウインナー」のケチャップがかかっている部分を読んでいこう。すると答えは「バナナ」と導けるよ。

豆知識

フィリピンでケチャップといえば、バナナを原料にしたバナナケチャップだ。高価なトマトケチャップの代わりに、バナナケチャップが使われているよ。トマトケチャップに比べて甘みが強いけど、トマトケチャップと同じように使えるんだって。

2問目 答え　さんご

解説 本や足そのものの数ではなく、「本」「足」という単位を使って数えるものの数を当てはめるんだ。実際、うさぎは「一」羽、ペンが「五」本で、「いちご」になっているよね。同じように考えると、靴下が「三」足、ペンが「五」本で、正解は「さんご」だ。

豆知識

奇妙な丘はほとんどが、珊瑚礁がもとになった石灰岩でできているんだ。乾期になると草が枯れ茶色に変わるので、「チョコレート・ヒルズ」という名前になったんだって。現地では「巨人がケンカしたときに投げ合った石」という伝説が語られているそう。

国内線機内販売はオンラインへ!

ANA STORE @SKY ご利用ガイド

ANA STORE@SKY User Guide

機内販売『ANA STORE@SKY』3つのメリット Benefits of ANA STORE@SKY

\MERIT/ 1 マイルが使える! 貯まる!
Use your miles! Earn miles!

\MERIT/ 2 ANAカード決済で10%OFF!
10% off with ANA Card payment

\MERIT/ 3 降機後2日間[*1]お買い物が可能
Shop up to 2 days[*1] after disembarking

機内でのアクセス方法 How to access ANA STORE@SKY on board your flight

ANA WiFi Service

使い方は簡単。ANA機内専用Wi-Fiへアクセスし、専用サイトを開くとお買い物が楽しめます。
事前にANAアプリのダウンロードがおすすめです[*2]。Recommend downloading the official ANA mobile app before boarding[*2].

機内Wi-Fiにアクセスするために…

1 「機内モード」をON　ON

2 「Wi-Fi」をON　ON

3 ANA-WiFi-Service　ワイヤレスネットワークSSID「ANA-WiFi-Service」を選択

4 「WiFi 国内」をタップ
Tap on "WiFi DOM"

5 接続ボタンをタップ
Tap on the Connect button

6 Wi-Fi ポータルサイト「ANA STORE@SKY」をタップ
Tap on ANA STORE@SKY on the Wi-Fi portal site

ブラウザからご利用の場合
Accessing from a browser

「Wi-Fi(無線LAN)」をオンにし、ワイヤレスネットワークSSID「ANA-WiFi-Service」を選択し、接続。ブラウザを開くと自動的にANA Wi-Fi Serviceポータルサイトが表示されます。

Turn on your Wi-Fi (wireless LAN) and select the wireless network (SSID) “ANA-WiFi-Service” to connect. Open your browser and the ANA Wi-Fi Service portal site will open automatically.

※ 表示されない場合には、URL欄にwww.ana-inflight-wifi.comを入力するか、上記二次元コードを読み込み、アクセスしてください。左記URL、上記二次元コードは、機内Wi-Fiに接続した状態でないと当該ページへはアクセスできません。

※ If the site does not open, enter www.ana-inflight-wifi.com in the URL field or scan the 2D code above to access the site. The webpage cannot be accessed from the left URL or the 2D code above unless your device is connected to in-flight Wi-Fi.

降機後2日間、地上でのお買い物を可能にするには… To shop on land up to 2 days after disembarking…

! サイトTOPページ上部にあるボタンから設定が必要です。
Requires setup by tapping on the upper button on the home page of the site.

2+ DAYS 降機後のご利用設定はこちらから >

最新情報はこちら▶

*1 機内で設定を行った場合。降機2日後の23:59まで。*1 If you completed the setup in-flight, you can shop until 11:59 p.m. of the second day after disembarking.

*2 搭乗前にANAアプリをダウンロード済みの場合、離陸の約5分後から着陸の約5分前までご利用いただけます。*2 The ANA app, if downloaded before boarding, can be used from about 5 minutes after takeoff until about 5 minutes before landing.

※ お届けは日本国内のみとさせていただきます。一部商品を除き別途送料がかかります。※ Delivery is only available within Japan. Some products have free delivery.

※ 機内でつながらなかった場合や、DHC8-Q400など一部の機内Wi-Fiインターネットサービスをご利用いただけない機材にご搭乗の場合は下記お客様サポートデスクまでお問い合わせください。お電話でのご注文は承っておりませんのでご了承ください。

※ 掲載商品の在庫数には限りがございますので、売り切れの際はご容赦ください。また、販売・お届け時期については記載のものから変更になる場合がございます。

※ 国際線機内販売とは商品ラインアップが異なります。

お問い合わせ先(A-styleお客様サポートデスク):0120-257-150
受付時間:月~金 9:00~18:00　土・日・祝・12/30~12/31 9:00~17:00(年始1/1~1/3 休)　※ 左記営業時間は日本時間となります。

※ このサービスは無線LAN技術を使用しています。そのため公衆アクセスが可能な他の無線LANスポットの仕様と同様に、本サービスのアクセスには通信傍受や不正アクセスの可能性があります。本サービスの利用に際しては、お客様の責任において利用端末のファイアウォール、ウイルス対策ソフト等のセキュリティ対策を講じることを、強くお勧めします。

※ 画像はすべてイメージです。

使いやすい
舟形で用途が多彩。

ANAオリジナル
PEKO for ANA
舟形ポーチ
¥3,520（税込）

boat-shaped pouch

A4サイズも
余裕で入る。

ANAオリジナル
PEKO for ANA 縦型トート
¥4,400（税込）

tote bag

今号の Must Buy Items!

雑誌とのコラボや人気キャラクターのオリジナルアイテムをご紹介

詳細は
こちら！

見た目以上の
収納力！

雑誌
『Begin』との
コラボアイテム

Begin × SONNE × ANA
トラベルウォレット
¥16,500（税込）

multi travel wallet

使うたびに
気分もアップ。

ANAオリジナル
PEKO for ANA
タオルハンカチ２枚セット
¥2,750（税込）

towel handkerchief

©2024 FUJIYA CO.,LTD.

国際線機内販売は パーソナルモニターから!

機内販売ご利用ガイド&商品ラインアップ

International Route In-Flight Shopping User Guide & Product Lineup

空の上の免税店! 国際線『ANA SKY SHOP』3つのメリット

A duty-free shop in the sky! Three merits of ANA SKY SHOP for international routes

MERIT 1
免税価格で買える
Shopping at duty-free prices

MERIT 2
ご購入でマイルが貯まる
Get miles for your purchases

MERIT 3
ANAカード決済で10%オフ
10% off with ANA Card payment

商品の詳細については、パーソナルモニターまたはANAアプリ内のデジタルブックをご覧ください。

Product details can be viewed on the personal monitor and the digital book available on the ANA app.

購入方法 How to Buy

購入はパーソナルモニターから!

Purchases can be made from your personal monitor!

1 パーソナルモニターで「スカイショップ」または「ショッピング」をお選びください。

Please select "SKY SHOP" or "Shopping" on your personal monitor.

2 パーソナルモニターのタッチパネルから、ご希望の商品をお選びいただき、決まりましたらご注文にお進みください。

Use the personal monitor touch panel to select your desired product(s). Once you are done, proceed to the order process.

3 商品はCA(客室乗務員)がお座席までお持ちいたします*1。商品の代金をお支払いいただき*2、商品をお受け取りください。

A cabin attendant will bring the product(s) to your seat*1. Please pay for the product(s)*2 and collect them.

※ A320機、A380機、その他システム不具合時は、パーソナルモニターからのご注文ができません。ご注文の際はCA(客室乗務員)にお声がけください。

※ Orders cannot be placed from personal monitors on the A320/A380 aircraft and during system malfunction. Please ask a cabin attendant to place an order.

※ 画像はイメージです。 ※ Example only.

＊1 お食事サービス中のご注文は、サービス終了後にお持ちいたします。

＊1 Product(s) ordered during the meal service will be brought to you after the service.

＊2 お支払いは、クレジットカード、ANAギフトカード/ANA旅行券/ANA「ダイヤモンドサービス」機内・空港お買い物クーポンのみご利用いただけます。現金、デビットカード、プリペイドカード、ANA発行のデジタルクーポン、キャッシュレス/バーコード決済でのお支払いはできません。(ANAマイレージクラブ Financial Pass Visaデビットカード、ANAマイレージクラブ/Sony Bank WALLET、ANAプリペイドカード含む)また、署名ならびに署名欄のないクレジットカードはご利用いただけません。

＊2 Only the following payment forms are accepted: credit cards, ANA gift cards/ANA travel vouchers/ANA Diamond Service In-flight/Airport shopping coupons. Payment cannot be made by cash, debit card, prepaid card, digital coupons issued by ANA, or cashless/barcode systems. (including the ANA Mileage Club Financial Pass Visa Debit Card, ANA Mileage Club / Sony Bank WALLET, and ANA Prepaid Card).Only the following payment forms are accepted: credit cards, ANA gift cards/ANA travel vouchers/ANA Diamond Service In-flight/Airport shopping coupons. Payment cannot be made by cash, debit card, prepaid card, digital coupons issued by ANA, or cashless/barcode systems (including the ANA Mileage Club Financial Pass Visa Debit Card, ANA Mileage Club / Sony Bank WALLET, and ANA Prepaid Card). Credit cards without a signature or a signature field are not accepted.

This is Japan

古き良き伝統や美意識が息づくアイテムで
日本ならではの繊細な感性や確かな技術を再発見

Rediscover Japan's unique fine sensibilities and solid techniques through items imbued with time-honored traditions and aesthetics

通过传承古老优良传统与美学意识的商品，
重新发现日本独特的细腻感性和精湛技术

日本が誇る真珠の名産地伊勢志摩の海に育まれた美しい贈り物

A beautiful gift nurtured in the Ise-Shima sea, Japan's famous pearl-producing region

在日本引以为傲的珍珠名产地伊势志摩的大海中孕育的美丽馈赠

オッコ真珠
あこや真珠
ホワイトトパーズ ピアス

OKKO PEARL
AKOYA PEARL WHITE TOPAZ PIERCED EARRINGS

OKKO珍珠
阿古屋珍珠 白色托帕石耳环

¥25,000

深い色とまろやかな光沢で胸元をエレガントに飾るゴールドパール

A gold pearl that will adorn the neckline elegantly with a deep color and gentle luster

用深邃的色彩与柔和的光泽优雅装点胸间的金色珍珠

オッコ真珠
南洋真珠ダイヤモンド
ペンダント（Cライン）

OKKO PEARL
SOUTH SEA GOLDEN PEARL DIAMOND PENDANT（C LINE）

OKKO珍珠 南洋珍珠钻石吊坠
（C LINE）

¥39,000

乾杯が楽しくなりそう。冷たい飲み物(17度以下)を注ぐたび花火が色付くロックグラス

Make toasting a blast.
This rocks glass has fireworks that become colorful when you pour in a cold drink (below 17°C)

干杯好像会变得更加愉快。
注入冷饮（17度以下）时，
烟花会呈现色彩的威士忌杯

ANA
ANAオリジナル
涼感花火富士山ロックグラス

ANA
ANA ORIGINAL COOL HANABI FUJISAN ROCKS GLASS

ANA
ANA原创 凉感花火富士山威士忌杯

¥9,800

琉球の国に想いをはせる深いコクと芳醇な香りの古酒泡盛

Longing for the Ryukyu Kingdom.
A vintage awamori with a full body and a rich aroma

让人想起琉球国的、
味道浓郁且芳香醇厚的
古酒泡盛

瑞泉酒造株式会社
おもろ15年

ZUISEN DISTILLERY CO., LTD.
OMORO 15 YEARS OLD

瑞泉酒造株式会社 OMORO 15年

¥5,500

✈2024年7-8月
国際線 商品ラインアップ

July - August 2024 International Route Product Lineup

※ 国内線 機内販売の『ANA STORE@SKY』の商品ラインアップとは異なります。
※ The product lineup is different from that of ANA STORE@SKY in-flight shopping for domestic routes.

価格横のマーク ◆★ について　About the ◆★symbols next to the price

◆ 課税済みのため、免税品としての申告対象外です。日本入国の際は課税済み商品とお申し出ください。

This product has already been taxed, so it is not subject to declaration as a duty-free item. Upon entering Japan, please treat it as a previously taxed product.

★ 100mLを超えるため、乗り継ぎがある場合、乗り継ぎ便の機内へ持ち込むことはできません。

This product exceeds 100 ml, so it cannot be carried on board a connecting flight if making a transfer.

No. SL000
ANA
オリジナル ストール
ANA ORIGINAL STOLE
¥00,000◆★

背景が赤色の商品について　About products with a red background

関西発着便機内ではご注文いただけません。

プリオーダーサービスでのみご購入可。
※ ただし関西⇔上海路線はプリオーダーサービス対象外。

These products cannot be ordered aboard flights to and from the Kansai area.
They are available only through the Pre-Order Service.
※ However, Pre-Order Service is not available on Kansai-Shanghai routes.

No. SL000
ANA
オリジナル ストール
ANA ORIGINAL STOLE
¥00,000◆★

ネクタイ　Neckties

No.SL507
フェラガモ
ネクタイ ヴァイオレット
FERRAGAMO
NECKTIE VIOLET
¥25,000

No.SL506
フェラガモ
ネクタイ ブルー
FERRAGAMO
NECKTIE BLUE
¥25,000

No.SL502
ブルガリ
ネクタイ パープル
BVLGARI
NECKTIE PURPLE
¥24,700

No.SL501
ブルガリ
ダブル タイ ネイビー
BVLGARI
DOUBLE TIE NAVY
¥32,000

ショール & ストール　Shawls & Stoles

No.SL504
フェラガモ
ショール ホワイト
FERRAGAMO
SHAWL WHITE
¥28,000

No.SL505
フェラガモ
ストール
FERRAGAMO
STOLE
¥38,000

No.SL001
ブルガリ
ロゴ ストライプ ストール
BVLGARI
LOGO STRIPES STOLE
¥71,000

No.SL002
ブルガリ
ストール カーマインジャスパー
BVLGARI
STOLE CARMINE JASPER
¥42,800

No.SL503
エトロ
カルカッタ ショール ブルー
ETRO
CALCUTTA SHAWL
BLUE
¥27,000

バッグ & 革小物　Bags & Leather accessories

No.SL820
ロンシャン
ル プリアージュ® エクストラ
XS クロスボディバッグ
LONGCHAMP
LE PLIAGE® XTRA XS CROSSBODY BAG
¥35,100

No.SL819
ロンシャン
ル フローネ カードケース
LONGCHAMP
LE FOULONNÉ CARD HOLDER
¥12,900

No.SL809
ボス
ロゴ エンベロープバッグ
BOSS
LOGO ENVELOPE BAG
¥18,400◆

No.SL827
トゥミ
ジャスト・イン・ケース・トート
TUMI
JUST IN CASE TOTE
¥21,000

時計　Watches

No.SL101
ピエール・ラニエ
フレンチブルー
マルチプル ウォッチ
PIERRE LANNIER
FRENCH BLUE
MULTIPLE WATCH
¥20,000◆

No.SL102
タイメックス
Q TIMEX
ブラック × グリーン
TIMEX
Q TIMEX
BLACK/GREEN
¥23,000◆

アクセサリー　Accessories

No.SL003
クロスフォー
ダンシングストーンネックレス
CROSSFOR
DANCING STONE NECKLACE
¥42,000◆

No.SL202
グロッセ
フリンジピアス
GROSSÉ
FRINGE PIERCED
EARRINGS
¥17,000◆

No.SL203
オッコ真珠
南洋真珠ダイヤモンド
ペンダント（Cライン）
OKKO PEARL
SOUTH SEA
GOLDEN PEARL
DIAMOND PENDANT
（C LINE）
¥39,000◆

アクセサリー Accessories

No.SL204
オッコ真珠
あこや真珠
ホワイトトパーズ ピアス
OKKO PEARL
AKOYA PEARL
WHITE TOPAZ PIERCED EARRINGS
¥25,000◆

No.SL004
ミワ
プラチナ ダイヤモンド
ネックレス
MIWA
PLATINUM DIAMOND
NECKLACE
¥66,000◆

No.SL201
コンプレックス ビズ
ANAオリジナル
クリップ & シュシュセット
COMPLEX BIZ
ANA ORIGINAL CLIP & SCRUNCHIE SET
¥26,000◆

No.SL205
タテオシアン
ブラックアゲート &
ソーダライト
ブレスレットセット
TATEOSSIAN
BLACK AGATE & SODALITE
BRACELET SET
¥16,000

化粧品 Cosmetics

No.SL427
SHISEIDO メン
ベーシックケア セット
SHISEIDO MEN
BASIC CARE SET
¥9,800◆★

No.SL424
クワトロボタニコ
ボタニカル デイリー
スキンケア セット
QUATTRO BOTANICO
BOTANICAL DAILY SKINCARE SET
¥5,200◆★

No.SL430
スリー
バランシングステム
スキンケア ファーストキット
THREE
BALANCING STEM
SKIN CARE FIRST KIT
¥3,900◆

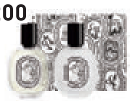
No.SL414
イプサ
ザ・タイムR
アクア JB
IPSA
THE TIME RESET AQUA
¥5,000◆★

No.SL410
コスメデコルテ
リポソーム
アドバンスト
リペアセラム
DECORTÉ
LIPOSOME ADVANCED
REPAIR SERUM
TIME RELEASED
MULTILAMELLAR
LIPOSOMES
¥18,000◆

No.SL409
コスメデコルテ
リポソーム
アドバンスト
リペアアイセラム
DECORTÉ
LIPOSOME ADVANCED
REPAIR EYE SERUM
¥7,500◆

No.SL408
コスメデコルテ
リポソーム
アドバンスト
リペアクリーム
DECORTÉ
LIPOSOME ADVANCED
REPAIR CREAM
¥10,000◆

No.SL301
ディプティック
ヘアフレグランスDo Son
(ド ソン)とオードトワレ
Do Son(ド ソン)のコフレ
DIPTYQUE PARIS
SET WITH Do Son HAIR MIST AND
Do Son EAU DE TOILETTE
¥16,200



No.SL302
レルボラリオ
フォリエ ディ テ シャワージェル
& パフューム 15mL
L'ERBOLARIO
FOGLIE DI TE
SHOWER GEL
& PERFUME 15ml
¥6,900◆★

No.SL401
バイオエフェクト
セラム
BIOEFFECT
EGF SERUM
¥15,900

No.SL405
クレ・ド・ポー ボーテ
ル・セラム
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
THE SERUM
¥17,000◆

No.SL406
クレ・ド・ポー ボーテ
アルティメート デイリー
エマルションケア
トラベルセット N
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
ULTIMATE DAILY EMULSION CARE
TRAVEL SET
¥13,000◆

No.SL407
クレ・ド・ポー ボーテ
クレームUV n
SPF50+・PA++++
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
UV PROTECTIVE
CREAM N
SPF50+・PA++++
¥10,000◆

No.SL404
クレ・ド・ポー ボーテ
ヴォワール
コレクチュール n
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
CORRECTING CREAM VEIL
¥7,000◆

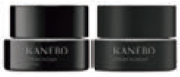
No.SL428
SHISEIDO
アルティミューン™
パワライジング
コンセントレート Ⅲ
SHISEIDO
ULTIMUNE
POWER INFUSING
CONCENTRATE Ⅲ
¥17,600◆

No.SL426
SHISEIDO
ホワイトルーセント
イルミネーティング
マイクロS セラム
SHISEIDO WHITE LUCENT
ILLUMINATING
MICRO-SPOT SERUM
¥12,500◆

No.SL403
クラランス
ダブル セーラム
EX 50mL
CLARINS
DOUBLE SERUM 50ml
¥12,500

No.SL402
クラランス
フィックス メイクアップ
CLARINS
FIX MAKE-UP
¥3,600

No.SL416
カネボウ
クリーム イン デイ アンド ナイト
KANEBO
CREAM IN DAY AND NIGHT
¥16,200◆



No.SL417
カネボウ
コンフォート ストレッチィ
ウォッシュ デュオ
KANEBO
COMFORT STRETCHY
WASH DUO
¥9,000◆★

No.SL413
ジバンシイ
スキン PFCT
コンパクト クリーム N
GIVENCHY
SKIN PERFECTO
COMPACT CREAM
SPF 30 PA++
¥7,400

No.SL421
メルヴィータ
ビオオイル
アルガンオイル
デュオ
MELVITA
ARGAN OIL DUO
¥6,100

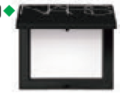
No.SL418
ロクシタン
チェリーブロッサム &
ネロリオーキデ
ハンドクリームセット
L'OCCITANE
CHERRY BLOSSOM &
NÉROLI & ORCHIDÉE HAND CREAM SET
¥6,200

No.SL419
ロクシタン
シア ハンドクリーム トリオ
L'OCCITANE
SHEA BUTTER
HAND CREAM
TRIO
¥7,300

No.SL415
ジルスチュアート
ルージュ リップブロッサム
トリオ
JILL STUART
ROUGE LIP BLOSSOM TRIO
¥6,800◆

No.SL411
エリザベス アーデン
エイトアワー
リッププロテクタント
スティック トリオ
ELIZABETH ARDEN
EIGHT HOUR CREAM®
LIP PROTECTANT
STICK SPF 15 TRIO
¥4,900

No.SL422
NARS
ライトリフレクティング
セッティングパウダー
プレスト N
NARS
LIGHT REFLECTING™
SETTING POWDER – PRESSED
¥5,000◆



No.SL412
エレガンス
ラ プードル オートニュアンス Ⅰ
ELÉGANCE
LA POUDRE HAUTE NUANCE Ⅰ
¥10,000◆

※ お一人様
1点まで
※ Up to one per
customer

No.SL429
スック
ザ ファンデーション 110 デュオ
SUQQU
THE FOUNDATION 110 DUO
¥23,400◆

No.SL423
ポール & ジョー
モイスチュアライジング
ファンデーション
プライマー デュオ
PAUL & JOE
MOISTURIZING
FOUNDATION
PRIMER DUO
¥5,900

No.SL425
SENSAI
ラッシュレングスナー
38℃
SENSAI
LASH LENGTHENER
38℃
¥4,000◆

No.SL420
ルナソル
アイカラーレーション 15
LUNASOL
EYE COLORATION 15
¥5,600◆

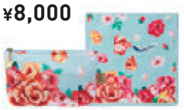
雑貨　Miscellaneous

No.SL818
レスポートサック
ANAオリジナル
ポーチセット“東京ナイト”
LESPORTSAC
ANA ORIGINAL POUCH SET
“TOKYO NIGHT”
¥5,500

No.SL815
ハートオプティカル
コーポレーション
ANAオリジナル
クリアサングラス
HEART OPTICAL CORPORATION
ANA ORIGINAL CLEAR SUNGLASSES
¥3,600◆

No.SL828
内野
さわやかガーゼ
ルームウェア（ピンク）
UCHINO
REFRESHING GAUZE
ROOM WEAR（PINK）
¥6,500◆

No.SL811
フェイラー
ANAオリジナル タオル &
ポーチセット“ローズガーデン”
FEILER
ANA ORIGINAL
TOWEL & POUCH SET “ROSE GARDEN”
¥8,000

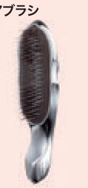


No.SL005
トムフォード
サングラス
TOM FORD
SUNGLASSES
¥54,000◆

No.SL821
マッキントッシュフィロソフィー
Barbrella® サンプロテクト
メタリックコーティング
MACKINTOSH PHILOSOPHY
Barbrella® SUN PROTECT
METALLIC COATING
¥9,000◆

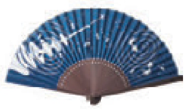
No.SL823
リファ
リファビューテック
ドライヤースマート ダブル
ReFa
BEAUTECH
DRYER SMART W
¥36,400◆

No.SL824
リファ
リファイオンケアブラシ
ReFa
ION CARE BRUSH
¥5,500◆



No.SL813
白鳳堂
桜～ SAKURA ～
化粧筆5本セット
HAKUHODO
SAKURA MAKE UP BRUSH SET OF 5
¥19,100◆

No.SL805
ANA
オリジナル扇子 金魚
ANA
ORIGINAL FAN GOLDFISH
¥3,700◆



No.SL825
ショットナビ
LASER SNIPER RAYS GR
SHOT NAVI
LASER SNIPER RAYS GR
¥34,200◆

No.SL814
ANA
ANAオリジナル
涼感花火富士山ロックグラス
ANA
ANA ORIGINAL
COOL HANABI
FUJISAN ROCKS GLASS
¥9,800◆

No.SL816
ANA〈ANAオリジナル〉
HONUレジャーシートバッグ
ANA〈ANA ORIGINAL〉
HONU LEISURE SHEET BAG
¥4,000◆

No.SL812
ファイヤーキング
スタッキングマグ
ANA HONU（ラニ）
FIRE-KING
STACKING MUG ANA HONU（LANI）
¥5,400◆

No.SL822
ミセス・グロスマン
ANAオリジナル
ステーショナリーセット
MRS. GROSSMAN'S
ANA ORIGINAL
STATIONERY SET
¥3,800◆

No.SL801
ANA
AIRBUS A380
FLYING HONUモデル（1号機）
ANA
AIRBUS A380
FLYING HONU MODEL
（UNIT 1）
¥4,500◆

No.SL802
ANA
AIRBUS A380
FLYING HONUモデル（2号機）
ANA
AIRBUS A380
FLYING HONU MODEL
（UNIT 2）
¥4,500◆

No.SL803
ANA
AIRBUS A380
FLYING HONUモデル（3号機）
ANA
AIRBUS A380
FLYING HONU MODEL
（UNIT 3）
¥4,500◆

食品　Foods

No.SL808
ボワシエ
テディベア グミ
BOISSIER
TEDDY BEAR GUMMY
¥4,700

No.SL810
ボワシエ
マロンクリーム 3本セット
BOISSIER
CHESTNUT CREAM TUBE ×3
ASSORTMENT
¥3,700

No.SL826
ダマンフレール
エッフェル塔ギフトセット
DAMMANN FRÈRES
EIFFEL TOWER GIFT SET
¥3,400

No.SL817
レッカリー・フース
キャラメルト®
LÄCKERLI HUUS
CREAM CARAMEL
¥3,700◆

酒　Liquor

No.SL603
株式会社シーウィングス
翼知
SEAWINGS
INTERNATIONAL CO.,LTD.
SORACHI
¥12,800◆★

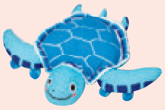
No.SL604
サントリー
サントリー梅酒
〈山崎蒸溜所貯蔵梅酒〉
ウイスキーブレンド
SUNTORY
SUNTORY Plum Liqueur
Barrel-aged plum liqueur
from Yamazaki
Distillery WHISKY BLEND
¥3,500◆★

No.SL601
バランタイン 17年
BALLANTINE'S
17 YEARS OLD
¥12,100★

No.SL602
瑞泉酒造株式会社
おもろ15年
ZUISEN
DISTILLERY CO., LTD.
OMORO 15 YEARS OLD
¥5,500◆★

A380機　販売商品　Sold on A380

No.H804
ANA
HONU ぬいぐるみ（ラニ）
ANA
HONU SOFT TOY（LANI）
¥3,300◆



No.H806
ANA
HONU ぬいぐるみ（カイ）
ANA
HONU SOFT TOY（KAI）
¥3,300◆

No.H807
ANA
HONU ぬいぐるみ（ラー）
ANA
HONU SOFT TOY（LA）
¥3,300◆

20歳未満の方の飲酒・喫煙は法律で禁止されているため、20歳未満の方の酒類・たばこの予約・購入はお断りします。

※ 20歳未満の方が予約された場合、購入者が20歳以上であっても販売をお断りします。年齢確認をさせていただく場合がありますので、ご了承ください。

Alcohol consumption and smoking by persons under 20 years of age are prohibited by law. We will refuse the reservation and sale of alcoholic beverages and tobacco products to persons under 20 years of age.
※If an order is placed by a person under 20 years of age, the sale will be refused even if the purchaser is 20 years of age or older.
Please note that we may ask for age verification.

5月1日より、すべてのたばこ商品はプリオーダーサービスでのみの販売となりました。詳細はプリオーダーサイトにてご確認ください。

Beginning May 1, all tobacco products are sold only through the Pre-Order Service. Please see the Pre-Order Service website for details.

→目次に戻る

事前に予約＆機内で受け取り！

便利なプリオーダーサービス

The convenient Pre-Order Service has many merits!

詳細はここを
CHECK！

プリオーダーサービスって？ What is Pre-Order Service?

航空券をご予約・ご購入後、機内販売商品を事前に予約注文できる便利なサービスです。
日本時間のご搭乗3日前までご予約*1が可能です。

The Pre-Order Service is a convenient service. After reserving and purchasing your flight ticket, pre-order items sold on board before your flight.
Items may be pre-ordered up to 3 days before the date of departure Japan Standard Time*1.

＊1 日本時間のご搭乗の前月22日〜3日前（日本時間午後11時59分お申し込み完了分まで）。
一部の海外発便では申し込み締め切りが一日早くなる場合がございます。

＊1 From the 22nd of the previous month to 3 days before the date of departure JST(for orders placed by 11:59 p.m. JST).
In some cases, the application deadline may be one day sooner for some flights departing from overseas.

MERIT 1 『ANA SKY SHOP』には掲載していない商品が満載！
It has many items not listed in ANA SKY SHOP!

MERIT 2 欲しい商品や人気商品をお取り置きできるので安心*2
You can have your desired item or a popular item set aside*2.

ご利用方法 How to order

1 プリオーダーサービス画面へアクセス

ANAアプリから

❶ANAアプリTOP画面より、事前予約ご希望のフライトをタップ。「ご搭乗のガイド」を開く。

From the ANA app's home screen, tap on the flight you wish to pre-order for. "Boarding Guide" will open.

❷「ご搭乗のガイド」下部「予約詳細・各種変更」をタップ。その後、画面に従って商品の予約を進める。

Tap on "Reservation Details and Changes" at the bottom of "Boarding Guide." Follow the instructions on the screen to pre-order products.

※画像はANAアプリ画面イメージです。
※The images are illustrations of ANA app screens.

ANA WEBサイトから

①ANA WEBサイトより予約情報を入力し、予約確認画面を開く。

Enter your reservation information on the ANA website to open the reservation confirmation page.

②予約確認画面のサービスメニューより「機内免税品プリオーダーサービス」の「申し込む」をタップ。

From the service menu on the reservation confirmation page, tap on "Order" under "In-Flight Duty-Free Pre-Order Service."

③フライト一覧のご希望のフライトから、その後、画面に従って商品の予約を進める。

Select the relevant flight from the list of flights, and follow the instructions on the page to pre-order products.

2 申し込み完了後、登録したメールアドレス宛に「受付完了」メールが届き、その後「お取り置き結果のご案内」メールにてお取り置き可否のお知らせ*2が届く。

After placing your order, an "Order Received" e-mail will be sent to your registered e-mail address, followed by "Your Order Status" e-mail to notify whether the item can be set aside*2.

3 ご搭乗後、CA（客室乗務員）にプリオーダーサービスにてご予約の旨を伝える。2のプリオーダー番号が記載された「お取り置き結果のご案内」メールを見せ、お支払い後に商品を受け取る。

After boarding, inform a cabin attendant that you have placed an order through the Pre-Order Service. Show "Your Order Status" e-mail with the pre-order number from 2 Pay and then receive your item.

*2 在庫状況によりお取り置きできない場合がございます。 *2 Please note that we may be unable to set aside an item depending on stock availability.

操作方法に関するお問い合わせは、ANA国際線予約・案内センターまで
［受付時間］午前8時〜午後7時、午後10時〜翌午前8時／年中無休
0570-029-333（全国一律料金） **03-6741-6685**（有料電話）

Operation inquiries: ANA International Flight Reservation and Information Center [Hours] 8:00 a.m. - 7:00 p.m., 10:00 p.m. - 8:00 a.m. (following day) / 365 days/year **+81-3-6741-6685** (pay call)

下記に掲載の番組は、座席に装備されたイヤホンジャック(1口タイプ)にイヤホンを差し込み、コントロールBOXでチャンネルを選択しお楽しみください。5〜11chはシートモニターでもご利用いただけます。

オーディオ番組

5ch〜8ch 40分
9ch〜10ch 50分
(ラジオ放送、11chをのぞく)

1 CH ラジオ放送【NHK第一放送】

※B737-800、B777-200、B777-300の一部機材でご利用いただけます。

5 CH 宇多田ヒカル Special

JAPANESE MUSIC

パーソナリティ:田家秀樹

- First Love (2022 Mix)
- traveling (Re-Recording)
- 花束を君に
- One Last Kiss
- Time
- Automatic (2024 Mix)
- 何色でもない花

楽曲(全曲):宇多田ヒカル

6 CH Music Travel-70's & 80's

JAPANESE MUSIC / POP/ROCK and more

パーソナリティ:寺脇康文(俳優)

タイムマシンにおねがい
サディスティック・ミカ・バンド

ミス・ブランニュー・デイ(MISS BRAND-NEW DAY)
サザンオールスターズ

地図ソング特集

地図をください
遊佐未森

地図
大竹しのぶ

十七歳の地図
尾崎 豊

きらめきの序曲/THE NAME OF THE GAME
アバ/ABBA

パープル・モンスーン
上田知華+KARYOBIN

一本の音楽
村田和人

7 CH 演歌・歌謡〜心のふるさと〜

JAPANESE MUSIC

パーソナリティ:小林奈々絵(フリーアナウンサー)

シーサイド・バウンド
ザ・タイガース

としごろ
山口百恵

潮風のメロディ
南 沙織

若き獅子たち
西城秀樹

星の砂
小柳ルミ子

つぐない
テレサ・テン

黄昏Love again
秋元順子

みちのくひとり旅
山本譲二

天城越え
石川さゆり

契り
五木ひろし

8 CH ヒーリングミュージック by Della

RELAXATION and more

音楽:林 有三

- 奇跡 - 528Hz
- 調和 - 639Hz
- 自由 - 741Hz
- 直感 - 852Hz
- 活性 - 936Hz

9 CH 旅するクラシック

CLASSICAL MUSIC

パーソナリティ:松尾依里佳(ヴァイオリニスト)

〈ウィーンに憧れて〉

ヨハン・シュトラウス2世:喜歌劇《こうもり》序曲
Johann Strauss II: Die Fledermaus - Overture
ウィーン・フィルハーモニー管弦楽団
ヴィリー・ボスコフスキー(指揮)

モーツァルト:歌劇《フィガロの結婚》K.492
手紙の二重唱「そよ風に寄せて」
Mozart: Le nozze di Figaro, K.492
Duettino: Sull'aria...che soave zeffiretto
ソーニャ・ヨンチェヴァ(ソプラノ)
クリスティアーネ・カルク(ソプラノ)
ヨーロッパ室内管弦楽団 / ヤニック・ネゼ=セガン(指揮)

ベートーヴェン:ピアノ協奏曲第1番 ハ長調 作品15
第3楽章
Beethoven: Piano Concerto No.1 in C Major, op.15
3. Rondo: Allegro scherzando
マウリツィオ・ポリーニ(ピアノ)
ウィーン・フィルハーモニー管弦楽団 / オイゲン・ヨッフム(指揮)

ブラームス:6つのピアノ小品 作品118
第2曲 間奏曲 イ長調
Brahms: 6 Piano Pieces, op.118
No.2 Intermezzo in A Major
ネルソン・フレイレ(ピアノ)

マーラー:交響曲第5番 嬰ハ短調
第4楽章 アダージェット
Mahler: Symphony No.5 in C-Sharp Minor
4. Adagietto
ウィーン・フィルハーモニー管弦楽団 / ピエール・ブーレーズ(指揮)

クライスラー:ウィーン奇想曲 作品2
Kreisler: Caprice viennois, op.2
シュロモ・ミンツ(ヴァイオリン)、クリフォード・ベンソン(ピアノ)

聴き比べコーナー

ブルックナー:交響曲第8番 ハ短調
WAB108 - 第2楽章
Bruckner: Symphony No.8 in C Minor
WAB108 - 2. Scherzo
●ウィーン・フィルハーモニー管弦楽団
ヘルベルト・フォン・カラヤン(指揮)
●ライプツィヒ・ゲヴァントハウス管弦楽団
アンドリス・ネルソンス(指揮)

〈UNIVERSAL MUSIC Recommends〉

スクリャービン:ピアノ・ソナタ第3番 嬰ヘ短調 作品23
第3楽章(抜粋)
Scriabin: Piano Sonata in F-Sharp Minor op.23
3. Andante <excerpt>
ユジャ・ワン(ピアノ)

監修:飯尾洋一 〈全曲 ユニバーサル ミュージック〉

10 CH 全日空寄席

JAPANESE TALK SHOW

ご案内:内海英華、神田 紅

※本番組内では、一部不適切な表現を含む場合がありますが、作品のオリジナリティーを尊重するため、削除・修正を行わずに放送することがございます。あらかじめご了承ください。

落語「長屋の花見〜おかみさん編」
(作:三遊亭白鳥)
柳亭こみち

落語「井戸の茶碗」
三遊亭鬼丸

(ともに2024年2月9日 東京・池袋演芸場にて収録)

11 CH オーディオブック(翼の王国)

AUDIO BOOK

過去掲載した「翼の王国」を客室乗務員による朗読でお届けします。

※番組は予告なく変更させていただく場合がございます。※エンターテインメントプログラムは一部機材で放送がない場合がございます。
※一部機材では月初は前月の、月末は翌月のプログラムとなる場合がございます。※作品によっては、フライト時間内に視聴を終了できない可能性がございます。あらかじめご了承ください。
※お客様ご自身のイヤホンをご利用いただけます。イヤホンをお持ちでない方は、客室乗務員にお申し付けください。
※9chの「旅するクラシック」は、楽曲の特性上ボリュームレベルの高低に幅がございます。また一部オリジナルマスターテープに起因するノイズ等がありますが、あらかじめご了承ください。

下記に掲載の番組は、座席に装備されたイヤホンジャック(1口タイプ)にイヤホンを差し込み、
コントロールBOXでチャンネルを選択しお楽しみいただけます。

→目次に戻る

前方スクリーン番組

3 CH

音声は3チャンネルでお楽しみください。
Please select channel 4 for English when viewing programs. (Only available in Japanese on some aircraft.)

奇数便 上映番組

Odd-numbered flights Screened program

YOUは何しに日本へ?

Why Did You Come To Japan?

シンプルで実用的な日本の家具を学びに来た北欧家具職人、パリからやってきた日本のワインを学びに来た男、陶芸好きのアメリカ人医師といった「日本製」好きなYOUたちが続々登場!

We take a look at a stream of people who love "made in Japan", including a Nordic furniture craftsman coming to Japan to learn about simple yet practical furniture, a man from Paris who's come to learn about Japanese wine and an American doctor who loves pottery.

音声	日本語	AUDIO TRACKS	Japanese
字幕	英語	SUBTITLES	English

偶数便 上映番組

Even-numbered flights Screened program

Healing Japan 日本花火紀行

Healing Japan Fireworks in Japan

夏、打ち上げ花火は各地で人々を魅了します。一方、小さな線香花火も静かにあなたを癒します。日本の夏の風物詩をどうぞ。

As the Japanese summer unfolds, spectacular firework displays captivate audiences nationwide. Meanwhile, sparklers bring a sense of calm and serenity. Watch and enjoy the traditional charms of Japan's fireworks.

字幕	日本語、英語	SUBTITLES	Japanese, English

※番組は予告なく変更させていただく場合がございます。
※エンターテインメントプログラムは一部機材で放送がない場合がございます。 ※お客様ご自身のイヤホンをご利用いただけます。イヤホンをお持ちでない方は、客室乗務員にお申し付けください。
※一部機材では月初は前月の、月末は翌月のプログラムとなる場合がございます。 ※作品によっては、フライト時間内に視聴を終了できない可能性がございます。あらかじめご了承ください。

【国内線/Domestic Flights】ANA Wi-Fi Service のご利用方法/How to use ANA Wi-Fi Service

- インターネット Internet
- 映画/ビデオ Movies and Videos
- ANA SKY LIVE TV
- 機内誌(翼の王国) In-Flight Magazine
- お買い物 Shopping

ANAアプリからご利用の場合
How to access from ANA App

ブラウザからご利用の場合
How to access from browser

SSID「ANA-WiFi-Service」を選択後、QRコードを読み込むかURLを入力ください。
Scan QR code or enter the following URL in the address bar after selecting network "ANA-WiFi-Service"
URL: www.ana-inflight-wifi.com

オホーツク海
太平洋
利尻 Rishiri
稚内 Wakkanai
宗谷海峡
オホーツク紋別 Okhotsk-Monbetsu
旭川 Asahikawa
女満別 Memanbetsu
根室中標津 Nemuro-Nakashibetsu
新千歳(千歳) New Chitose(Chitose)
帯広 Obihiro
たんちょう釧路 Tanchō-Kushiro
函館 Hakodate
札幌
津軽海峡
青森 Aomori
大館能代 Ōdate-Noshiro
秋田 Akita
盛岡
おいしい庄内 Oishii-Shōnai
新潟 Niigata
仙台 Sendai
山形
福島 Fukushima
のと里山 Noto-Satoyama
富山きときと(飛騨・高山) Toyama-Kitokito(Hida-Takayama)
長野
宇都宮
前橋
水戸
さいたま
東京
東京国際(羽田) Tokyo(Haneda)
成田国際 Narita
千葉
横浜
静岡
八丈島 Hachijō-jima
コスモポート種子島 Cosmoport Tanegashima
屋久島 Yakushima
大東諸島
伊豆諸島
小笠原諸島
火山列島
択捉島
国後島
知床半島
南鳥島
沖ノ鳥島
© 日本特殊地図編纂所
2023.1

ＡＮＡグループ国内線航路図

ANA GROUP DOMESTIC ROUTE MAP

時刻表は ANA ウェブサイトをご確認ください。

※この地図は、色の見分けがつきにくい方にも見やすいように配慮しています。
※運行航路は天候やその他の理由により変更されることもございます。

160°
180°
160°
140°
120°
100°
80°
60°
40°
ARCTIC OCEAN
北極海
80°
60°
40°
20°
0°
20°
40°
60°
80°
Queen Elizabeth Islands
GREENLAND
Wrangel I.
Victoria I.
U. S. A.
Arctic Circle
Yukon
ALASKA
6190 Mt. Denali (McKinley)
KAMCHATKA
Whitehorse
Hudson Bay
ハドソン湾
Bering Sea
ベーリング海
Gulf of Alaska
アラスカ湾
Rocky Mountains
CANADA
Aleutian Is.
バンクーバー
VANCOUVER
Edmonton
Calgary
Regina
Winnipeg
Newfoundland
シアトル
SEATTLE
Portland
Montréal
Ottawa
Milwaukee
Toronto
Boston
UNITED STATES OF AMERICA
アメリカ合衆国
Detroit
NEW YORK ニューヨーク
Salt Lake City
Denver
Kansas City
St. Louis
CHICAGO
シカゴ
Philadelphia
サンフランシスコ
SAN FRANCISCO
Las Vegas
Oklahoma City
WASHINGTON D.C.
ワシントン
サンノゼ
SAN JOSE
Columbia
ATLANTIC OCEAN
大西洋
ロサンゼルス
LOS ANGELES
Phoenix
Dallas
Atlanta
San Diego
San Antonio
Jacksonville
Midway Is.
HOUSTON
ヒューストン
New Orleans
Orlando
BAHAMAS
International Date Line
U.S.A.
Hawaiian Is.
HONOLULU ホノルル
Miami
Monterrey
Gulf of Mexico
メキシコ湾
Tropic of Cancer
Guadalajara
MEXICO
CUBA
DOMINICAN REPUBLIC
メキシコシティ
MEXICO CITY
BELIZE
JAMAICA
HAITI
ST. CHRISTOPHER AND NEVIS
ANTIGUA AND BARBUDA
GUATEMALA
Guatemala City
HONDURAS
SAINT LUCIA
DOMINICA
San Salvador
ST. VINCENT AND THE GRENADINES
BARBADOS
GRENADA
MICRONESIA
PACIFIC OCEAN
太平洋
EL SALVADOR
NICARAGUA
TRINIDAD AND TOBAGO
MARSHALL IS.
COSTA RICA
PANAMA
VENEZUELA
Medellín
GUYANA
SURINAME
FR. GUIANA
KIRIBATI
Bogotá
NAURU
Equator
Galápagos Is.
COLOMBIA
Amazonアマゾン川
POLYNESIA
MELANESIA
ECUADOR
TUVALU
Andes
SOLOMON IS.
海
SAMOA
Lima
PERU
BRAZIL
FIJI
VANUATU
TONGA
NIUE
BOLIVIA
Tropic of Capricorn
São Paulo
Rio de Janeiro
PARAGUAY
COOK IS.
Easter I.
Mountains
CHILE
URUGUAY
Aconcagua
6959
Santiago
Buenos Aires
Río de la Plata
ラプラタ川
Tasman Sea
タスマン海
Auckland
NEW ZEALAND
Wellington
Christchurch
ARGENTINA
Queenstown
Falkland Is.(Islas Malvinas)
Estr. de Magallanes
マゼラン海峡
C. Horn
Antarctic Circle
凡　例　LEGEND
ＡＮＡグループ便
ANA Group operated flight
ＡＮＡグループ便就航都市
Cities served by ANA Group operated flight
コードシェア便就航都市
Cities served by Codeshare flight

→目次に戻る

ＡＮＡグループ国際線航路図

ANA GROUP INTERNATIONAL ROUTE MAP

時刻表は ANA ウェブサイトをご確認ください。

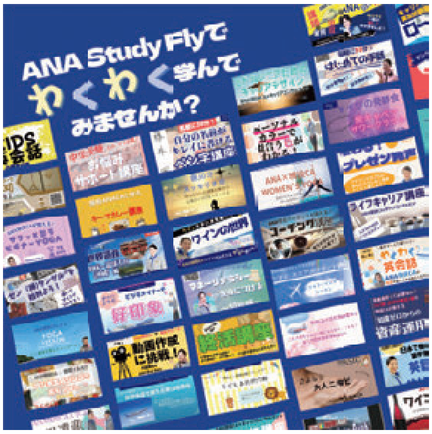
※運航航路は天候やその他の理由により変更されることもございます。2022年8月15日時点での情報です。
Flight routes are subject to change due to weather conditions or other reasons. Information as of August 15, 2022.
※コードシェア便就航都市は2020年1月31日時点での情報です。
Information regarding the cities served by Codeshare flight is as of January 31, 2020.

Ⓒ日本特殊地図編纂所

2022.8

News

Bringing the skills of ANA employees to you : ANA Study Fly now available!



“Give your thoughts wings, to learn and fly higher!”

ANA Study Fly is a project born from the ideas and passion of ANA Group employees, including CAs, pilots, mechanics, and more. The project currently offers online and face-to-face courses that take advantage of employees’ diverse skills and individuality to emphasize communication with participants!

It is also available on ANA's video platform, penguin.
Earn and use miles!
Use the miles you earn when flying to continue your journey with penguin!
We look forward to your participation.

We also offer corporate courses!

For inquiries, please contact us ☞ anastudyfly_admin@ana.co.jp

Scan the code to the right to learn more online.

Street Academy

penguin

We are committed to valuing customer feedback

ANA has expanded its in-flight entertainment lineup

Customer feedback
I always enjoy watching movies during flights, but I would like a greater variety to choose from.

ANA has expanded its lineup of movies and videos offered on international flights and renewed its in-flight entertainment website. The website now provides more detailed information on ANA’s in-flight entertainment and allows you to search for movies by genre, making it easier to find content that interests you. Please enjoy ANA’s expanded lineup of entertainment on your next flight.

Feedback and suggestions
0120-029-787 (toll-free in Japan)

From a mobile phone
0570-029-787 (same rate nationwide)

For international calls
☎ 03-6735-7922
(relevant charges apply)
Operation hours 9:00–17:00
(year round)

Please send us your comments and suggestions regarding ANA’s services.
*Customer feedback forms are also available onboard our flights. Please inquire with one of our flight attendants.

Feedback and suggestions

INFO 01

News

Haneda Airport ANA international flights use Terminals 2 and 3

■Haneda Airport ANA-operated international departures and terminals

Departure Terminal / Routes	Terminal 2	Terminal 3
North America / Pacific	Honolulu, New York	Washington,D.C., Los Angeles, Houston, Seattle, Chicago, San Francisco, Vancouver
Europe	Frankfurt, Munich, London, Paris, Vienna	—
Asia / Oceania	Bangkok, Singapore, Jakarta, Sydney, Seoul (Gimpo), Taipei (Songshan), Hong Kong, Shanghai (Hongqiao), Shenzhen, Guangzhou	Ho Chi Minh City, Beijing, Qingdao, Manila, Kuala Lumpur, Delhi, Shanghai (Pudong)

International flights to and from Haneda Airport operated by ANA use both Terminal 2 and Terminal 3. Departure terminals vary by route, so please check the terminal for your flight before you come to the airport.

Checking your terminal

<Departures> Displayed on electronic ticket itinerary / receipt / ANA website (My bookings / Flight search / Flight Status Information) / email sent by ANA / SMS and app push delivery
<Arrivals> ANA website (Flight Status Information)

*International flights and code-share flights operated by other airlines will depart and arrive from Terminal 3. *The period is from Sunday, March 31, 2024 to Saturday, October 26, 2024. *The terminal for arriving flights may be different from that for departing flights, so please check your terminal beforehand. *There will be no change in the terminal for ANA domestic flights.

Please see the ANA web site for details.

INFO 02

ANA Mileage Club Members Only / News

Earn miles from transactions and benefit from an account with Suruga Bank's ANA branch

The ANA branch of Suruga Bank issues the ANA Mileage Club Financial Pass Visa debit card, which functions as an ATM card, VISA debit card and ANA Mileage Club card all in one. Registering with the ANA branch allows account holders to earn miles through everyday transactions, including salary deposits and different account transfers. The card is also great for making cash withdrawals. Why not consider opening an account to earn more ANA miles on a regular basis?

Scan the code to the right to learn more online.

※ Information is current as of May 29.

"I play background music during training to help trainees relax and have fun while providing passenger services," said Tomoka.

"为了让学员在轻松的状态下体验服务的乐趣，我们也会在培训时播放背景音乐。"

毕业生送上实机的航班。

"我有7年空乘人员的资历，再加7年担任教练。我担任教练的年数跟我在空乘岗位服务的年数已经差不多长了呢。"

本间如此说道。她于2010年加入全日空公司。自2017年起便在目前的客舱培训部工作。

"保安培训包括几个种类，如在职空乘人员每年必须进行一次的定期培训，长期休假后复职前有返岗培训，再加上针对不同机体的培训等。新冠疫情之后，从上年度开始，公司重启了面向新员工考空乘人员资格证的培训，也就是入职培训，我目前主要负责这部分的工作。"

训练地点是羽田机场附近的综合训练设施"ANABlueBase"。巨大的建筑内，有各种飞机的实体模型（Cabin Emergency Evacuation Trainer＝CEET），还有用于紧急水上降落时逃生训练的水池。CEET在各扇舱门处均设有逃生滑梯。

"一开始先接受日常保安培训，也就是正常航行时的保安业务，然后还需要实施紧急疏散、火灾、突然减压等紧急保安培训。在紧急疏散的培训课中，学员们必须为预期的紧急着陆、紧急水上降落做好准备工作。比如要求乘客穿上救生衣，为了帮助有些无法独自逃生的人士，需要安排乘客给予协助等……。总之有跨多个领域的大量操作步骤需要掌握。"

当被问及训练中最大的难点时，本间毫不迟疑地回答说："付诸行动是最难的"。

"绝大多数学员都能理解需要完成的多个项目并牢记其流程，但将其运用到实际行动中其实是最难的。所以我们需要反复练习，从而能根据现场实际情况，随机应变地快速作出反应，准确地完成大量的项目。"

本间自身也曾经是一名参加新人培训的学员。

Tomoka is in charge of universal service education. By giving trainees instruction on how to assist people of different levels of ability, she works to improve ANA's overall level of universal service capacity.

森山还负责无障碍服务的培训。内容为如何为需要帮助的乘客提供服务，以此为提升空乘人员的无障碍服务水准作贡献。

"每天都在持续学习新课程，预习和复习是必不可少的。不预习就会跟不上课程，而且所有科目都是相互关联的，假如疏于复习，就会无法理解培训内容。所以我每天都全力以赴，集中精神接受培训，可以说是拼尽全力。"

正因为有过这样的经历，本间才切身理解学员们的不易。

"为了让学员们保持积极性，我也关注每一名学员的心理健康。在训练过程中，有些学员遇到挫折会气馁，难以理解自己为什么做不好而感到困惑，甚至还有学员会止不住地掉眼泪。如果有学员出现这种情况，我会单独询问本人。当然有时不得不说一些严厉批评的话，但我也会通过个别谈话等方式，尽量陪伴他们一起去思考。"

帮助学员发扬优点 小事也不忘夸奖

"负责服务培训的教练负责服务资格考证的培训，如获取国内航班、国际航班经济舱、商务舱和头等舱的服务资格等。入职培训前半部分是由本间女士负责的保安课程，后半部分是服务培训。"

森山这样告诉我们。她于2008年加入全日空并于2020年调入客舱培训部门。目前她负责"头等舱服务资格的考证培训"及"服务教练的教育培训"的策划、教案制作及运营管理。

"全日空对不同舱位均规定了相应的服务程序（方法），我们要求学员先牢牢记住这些操作，在培训设施通过行动掌握技能。"

说到这里，森山的表情变得有些凝重。

"不过，仅仅记住程序并付诸行动还是不够的。员工的姿态动作、仪容仪表、说话用词和微笑……最重要的是一切都要为客人着想，在培训过程中，我们也会同时指导大家培养这种意识。当然，学员们都处于紧张的状态下。但一旦开始实习，正式面对客人提供服务时，大家一边跟客人对话，在实际操作过程中，一点点地露出微笑，从而让气氛变得愉快，为此，空乘人员自己也要抱着愉快的心情去工作……我在教学时会非常注重这一点。"

有时不得不说一些严厉的话语。

"即便如此，我还是会注意自己的措辞。另外，当我指出学员的不足时，我也会同时传达对方的优点。如果学员对基本动作尚未熟练掌握，我会明确指出这一点，但是如果这名学员的笑容特别美好，我会告诉对方：表情很不错，今后也请你不要忘记这份笑容。——我会尽量帮助学员发扬优点，小事也不忘夸奖。"

临近毕业之际 表情也有所变化

本间和森山并非一开始就主动提出调去担任教练。森山说："我原来并不擅长教人。"本间说出心里话："一开始，我站在学员面前都会感到害怕。"

"所以，当我得知将被调到培训部门时，我很惊讶，当时的反应是' 怎么会是我!?' "

然而，在一天天的培训过程中，她开始发现工作的意义。森山继续告诉我们。

"一开始，学员们看上去有些慌慌不安，但当大家临近毕业时，表情会有巨大的变化。有些学员会满面笑容地说：我终于发现了服务的乐趣。听到这样的话语，我也感到很开心。还有的学员特地告诉我：即使我独立上岗了，也要以森山老师为榜样加油工作。能成为学员的目标，我感到十分欣慰，与此同时，又感到作为一名教练，要赢得学员的尊敬，就必须处处以身作则，学员的话也是对我的提醒。"

如前所述，两位教练有时也会作为空乘人员上岗服务。有时还会跟以前教过的学生一起飞行。担任教练7年的本间说："能够陪伴大家成长，我感到很有意义。"

"有些学员在培训期间，时不时表现出经验不足的弱点，这让教练担心学员今后能否挑起工作的担子。但在实际飞行过程中，看到曾经的学员如今能够镇定自若地应对客人，充满信心地完成每一项业务，我真的很欣慰。正如这样，教练这份工作，有机会近距离看到他人的成长。有的学员即使一开始有过挫折，但通过努力获得了成长，我能看到他们今天的成果，每次都会发自内心地感到喜悦。我想这就是我工作的意义所在。"

Photographs by Makoto Kajiya; interviews and content by Takeshi Nakamoto 摄影：加治屋诚 采访 / 撰稿：仲本刚

to the passenger cabin training department in 2020. She is currently working to create and manage curriculum for the first class service code acquisition training and passenger service instructor training programs. She described her job: "Passenger service instructors are responsible for the new employee training program. Safety is taught in the first half of this program by Harumi and her colleagues, and passenger service training is provided in the second half. Passenger service qualification training is also given when trainees have gained experience to qualify for domestic, international economy, business and first class flights. At ANA, there are service procedures established for each class, and trainees memorize each set of procedures first, before practicing live at our training facility until they master them."

With a slightly stern expression, she continued: "But the job is more than just memorizing and practicing procedures. During training, we also educate trainees on demeanor, personal appearance, proper expressions, smiling and, most importantly, having a customer-focused mindset. As you might expect, trainees tend to be a bit nervous, but once training begins and they serve and interact with passengers, they gradually start smiling and actively creating a pleasant atmosphere. For this to be possible, cabin attendants must also enjoy themselves. That's something I really emphasize in training."

There are certainly times when instructors must be strict, however, as Tomoka explained: "I choose my words carefully. When I point out a trainee's weaknesses, I also make sure to mention their strong points. If a trainee has not properly performed a basic task, I'll clearly explain that, but at the same time, if they have a nice smile, for example, I'll say something like, 'Don't forget to smile, because you look so great when you do!' I try to praise small aspects like that, to bring out the best in the trainees."

Watching trainees transform after completing the program

Working as an instructor was not a job that Harumi or Tomoka ever aspired towards. Harumi revealed, "I felt terrified when I first stood in front of the trainees," while Tomoka admitted, "I never thought I had the knack to teach others, so when I was told I was being transferred to the training department, I was genuinely surprised."

Nonetheless, as Tomoka steadily gained more experience, she started finding the job very rewarding. In her words: "Trainees are anxious at first, but they totally transform by the time they complete training. Hearing how they discovered the joy of passenger services, with huge smiles on their faces, is truly satisfying. Some trainees have told me how they wanted to be a cabin attendant like me, once

Harumi explained, "I speak loudly, clearly and slowly when giving emergency evacuation instructions, yet with a lower voice than usual, to impart a sense of calm."

"紧急疏散时，我们会大声、清晰、沉着地发出指令，说话的声音会比平时低沉一点，以展现冷静的态度。"

they assumed their position. Hearing this, I was honored to set a good example for them, and realized that quality instructors really must be people that others can respect and depend on."

As mentioned, ANA instructors also work as cabin attendants, so sometimes they are assigned to the same flights as their former trainees. "It's rewarding to see first-hand how they've blossomed," said Harumi, who has been an instructor for seven years. "One former trainee seemed a bit unreliable during training, so I was worried whether they would turn out okay. But later, seeing the same trainee serve passengers really well during a flight, performing each task with confidence – I was so happy. My job as an instructor gives me a close and personal look at how each trainee blossoms. It's so satisfying to see hard work bring results and growth, especially in people who struggled at first. That truly makes my job worthwhile."

"如果只是把手册上的内容全部教给学员，那并非难事。独立思考、作出判断并采取行动——我们需要培养这样的空乘人员。"

本间晴美的编制属于客舱训练部，她负责保安训练，当我们问及教练工作有什么困难时，她认真地作了以上的回答。

与此同时，负责服务培训的教官森山友翔也端正了姿势，继续这个话题。

"如果我的教学方法有错误，今后即将作为空乘人员而工作的人，就会缺乏扎实的基础。我觉得自己肩负着重大的责任。"

空乘人员的工作涵盖应急、保安和服务等多个方面。

为了成为一名合格的空乘人员，加入全日空公司空乘预备的学员们大约需要花3个月的时间，学习必须牢记的知识，并且熟练地掌握技能。

那么重要的是"如何教导和培养"。事实上，承担这一重要职责的教练同时也是活跃在一线的空乘人员。

这次，我们向两位培养一流空乘人员的教练询问了"人才培养的流仪"。

最难的是"付诸行动"

全日空目前约有60名教练担任保安课程。其中本间是最资深的教练。迄今为止，她已经从零开始培训了约200名新员工，把各位

*Each CA's department names current at time of interview. ※所属部门为采访时的信息

Today we spoke with Harumi Homma, who is in charge of flight safety training in ANA's cabin attendant training department, and Tomoka Moriyama, who provides training on passenger services, to discuss the difficulties that ANA instructors face on the job.

Harumi responded emphatically, "Using a manual to teach everything might sound easy, but we need to train cabin attendants how to think, make decisions on their own and take action."

"It's a great responsibility, because if there's any issue with our instruction methods, we won't be able to provide the solid foundation future cabin attendants need," Tomoka added while straightening her posture.

From flight safety, emergency procedures and passenger services, cabin attendants have a wide range of responsibilities. At ANA, new employees undergo at least three months of training to become cabin attendants. During this time, a substantial amount of information must be memorized, and certain skills must become second nature.

To this end, how the trainees are taught and developed is very important. As instructors, Harumi and Tomoka are responsible for these vital aspects of training, while working as cabin attendants themselves. In today's interview, we explored how they work hard to train ANA's first-rate future personnel.

Compelling trainees to take action can be highly difficult

ANA currently has about 60 instructors who are responsible for flight safety training. Among them, Harumi Homma has worked in this position the longest. She has trained around 200 new employees from complete novices into capable members working on live flights. "I've worked as both a cabin attendant and instructor for seven years each – I've trained as long as I've flown," she said.

Harumi started working for ANA in 2010, and has been assigned to the aircraft cabin training department since 2017. She told us about her current duties: "We have numerous safety training programs, including regular annual training for active-duty cabin attendants, training for employees returning from leave and training for specific aircraft models. Currently, I am mainly responsible for the new employee training program, which resumed last year when the COVID-19 pandemic ended. The program is required to acquire cabin attendant qualifications."

The training is conducted at ANA Blue Base, ANA's comprehensive training facility near Haneda Airport in Tokyo. The massive building includes full-scale replicas of different aircraft in the form of the Cabin Emergency Evacuation Trainer (CEET) and a pool for emergency water landing training. The CEET is equipped with slides set up at each door of a mockup aircraft for training purposes.

Harumi described the training: "We start by teaching general flight safety procedures in routine training, while procedures for emergency evacuations, fires and loss of cabin pressure are taught in emergency safety training. In the emergency evacuation training, we prepare for emergency landings on land or water. This includes getting passengers in their life jackets, assisting passengers who can't evacuate on their own by instructing passengers to properly assist each other and more. There are so many different procedures that must be memorized."

When we asked Harumi about the most difficult thing to teach in training, "taking action" was her immediate reply. "Most trainees can memorize the steps that must be taken and their sequence, but getting them to the level where they take action is difficult. During training, we go over routines repeatedly until they are confident executing the right steps for the situation at hand, and responding immediately to varied circumstances."

Harumi described her experience when she was trained as a new employee herself: "I worked hard to prepare for training sessions and review materials, because I was learning so much every day. Preparation is essential and the materials are all connected, so unless you review them, you won't be able to keep up with the training program. In my case, I worked hard every single day and devoted all my effort to training."

Harumi told us, "My interests have greatly expanded thanks to working as an instructor, and it's given me more options for my future career."

"最有成就感的瞬间是收到乘客的善意话语时，以及看到由我负责指导的新员工不断成长并终于能够独当一面时。"

From her experience, Harumi completely understands how tough it is for trainees. "To keep our trainees motivated, I take notes on each person's mental state. Some people get discouraged or down on themselves if they don't understand where they're making mistakes. Some trainees have broken down in tears. Whenever these moments occur, I try to treat them on an individual basis. Of course, sometimes I need to be strict, but in the end, we manage to sort everything out," she said.

Praising small aspects to bring out the best in trainees

Tomoka Moriyama joined ANA in 2008 and was transferred

A New Ambitious Story
Wings Style
翼之流仪
Vol.22

“It’s rewarding to see former trainees blossom first-hand.”

“能陪伴大家成长，我感到很有意义”

Cabin attendant instructors provide training on flight safety and passenger services.

空乘人员的教练开展安全和服务的训练

Cabin attendants have many different duties and responsibilities. At ANA, candidates for the job undergo at least three months of training to acquire skills and knowledge about flight safety, emergency procedures and passenger services. To learn about how instructors teach these trainees, we spoke with two of ANA’s employees who currently work as both instructors and cabin attendants, Tomoka Moriyama and Harumi Homma.

空乘人员 (CA) 的工作内容涉及多个领域。加入全日空空乘预备的学员们，将花费大约 3 个月的时间，通过培训来获取有关应急、保安和服务的知识。教练在指导学员时注重什么？我们采访了两位活跃在空乘岗位上的员工森山友翔和本间晴美。

返回目录 Back to Contents

Sky Trip to Heal the Senses

Aichi 爱知 —— vol.22

Author 向导:

Mikie Sasano, comprehensive sauna producer

桑拿综合制作人 笹野美纪惠

Mikie Sasano works with healthcare organizations to offer new wellness-related solutions, in addition to producing saunas and spa facilities. She has produced a unique, well-known sauna facility called Sauna Shikiji, owned by her family in Shizuoka Prefecture.

除了综合策划桑拿、水疗设施，还与医疗机构合作，推出新形式的健康疗愈。在她的精心浇灌下，其老家静冈县的“桑拿 Shikiji”已成为独一无二的品牌，并被誉为桑拿圣地。

Steamers Beach & Sauna®

About 5 minutes by car from Chubu Centrair International Airport, Steamers Beach & Sauna features sauna huts made of hinoki cypress wood from the Okumikawa region, as well as a Finnish-made trailer sauna. All of the saunas are heated by wood stoves. Original sauna huts featuring cypress wood are also for sale. Sauna enthusiasts can enjoy BBQ, beef tendon curry and special beverages here too.

距离中部国际机场约 5 分钟车程。芬兰制造的拖车桑拿房和使用奥三河产日本扁柏制成的桑拿小屋里用的是柴火炉。也有出售散发着扁柏香气的原创小屋。另外还可以享用烧烤、牛筋咖喱及特色饮品。

Address: Rinku Beach, Rinku-cho 2, Tokoname, Aichi
地址：爱知县常滑市临空町 2 丁目临空海滩
TEL: 070-4002-1367　https://steamers-sauna.com

Summer is the best time for a wood stove sauna sweat!
在柴火炉旁大汗淋漓
盛夏正是桑拿季！

A sauna at twilight provides perfect, chill moments.
傍晚蒸桑拿最适合修身养性！

Japan’s first beach sauna with an ocean cold plunge and views of airplanes landing and taking off

也可眺望飞机的起降！ 以大海为凉水浴池……日本首家“沙滩桑拿”

In Aichi Prefecture, Chubu Centrair International Airport is on a small island connected by bridge to the city of Tokoname. Tokoname Rinku Beach lies on the coast facing the island. It’s an artificial urban beach and the only one in Japan owned by the national government. Here, gazing out over the white sand, palm trees and ocean glittering under the sun, I felt like I had arrived in a different country.

The beach is home to an outdoor sauna service called Steamers Beach & Sauna. There are many outdoor sauna facilities in Japan, but this is the only one on a beach with incredible views of planes taking off and landing. Further, the sunsets here are truly spectacular. On my visit, I was mesmerized by the sky and ocean gradually morphing into vibrant hues from inside the sauna.

The company owner, Tomohiro Hoshino, told me more: “Every summer, the beach is crowded with swimmers, but it’s only open for two months. I really wanted to take advantage of this location during other times of the year, and wondered what kind of business could contribute to the local economy. That’s when I landed on the idea of a sauna. It was quite difficult to get permission for this business, but location is truly sublime. I never get tired of watching the glittering sea colored by the sunset every day.”

Isn’t it a bit strange to go indoors on a beach under the sun? Humans can sometimes be odd creatures, I thought, while going in myself. Yet as expected, the sauna was exceptional. Floating in the seawater to cool down was also very pleasant. Connecting with nature is one of my favorite parts of the sauna experience.

站在海边，眺望着在阳光下闪闪发光的海面和白色沙滩，还有那充满热带风情的椰子树时，您会感觉仿佛自己置身异国。

您是否知道，在中部国际机场对岸的人工沙滩“常滑临空海滩”上，有一家桑拿设施是日本唯一常设于国有土地的沙滩上的桑拿浴室呢?

其名称叫做“Steamers Beach & Sauna®”。虽说可在大自然中享受桑拿的户外桑拿屡见不鲜，但绝对没有这样一片海滩可以如此近距离地看到飞机从机场起飞和降落。而这美丽的日落景观更是独此一家。即使置身于桑拿房内，也能看到天空和大海不断变化的颜色，这一点着实令人欣喜。

“夏季的海滩上挤满了前来享受海水浴等活动的人，但只有两个月左右的旺季。我们想有效利用海滩一年中的其他月份，开创一项业务来促进地区经济活化，于是我们想到了桑拿浴业务。虽然在申请营业执照过程中费尽周折，但地理位置绝无仅有。夕阳映照下美丽的大海真是每天看都不会厌。”

店主星野先生说道。

我曾经这样想：人类喜欢在阳光灿烂的海滩上蒸桑拿，可见真是一种奇怪的生物。但是当我自己进入桑拿浴室时，感觉太舒服了。在海水的凉水浴池中，我惊讶地看到自己的身体漂浮起来，太好玩了！桑拿的极致享受，正是这种与大自然融为一体的感觉吧。

 Photographs by Seiya Ando; edited by Hiroko Hattori 摄影：安藤洁弥 编辑：服部广子

Mujaqui serves roast venison (above and below) from Iwate Prefecture with Aogashima salt, which is completely dried with red wine. They also serve testaroli, Italy's oldest pasta, with ragu sauce made of minced venison liver from Chichibu (center).

（上 / 下）岩手县的烤鹿肉，搭配加入红酒后慢慢干燥而成的伊豆诸岛之青岛产海盐调味。（中）最古老的意大利粉 testaroli，搭配秩父的鹿肉末和肝炖煮而成。

Sources: A Japanese book about 18 Japanese legends from Saitama written by Chiyo Hayabune and Moriji Morota (published by Kadokawa); a Japanese book about folktales from Saitama Prefecture written by Tomio Nezu (published by Miraisha); a Japanese book examining people's worldviews concerning gods, Buddhism, and village life (published by Keiyusha); the first volume of a collection of legends from Saitama Prefecture (published by Hokushintosho); the town of Yorii's official website, specifically the webpage about the 48 pot-shaped cavities in the Fukasawa River (https://www.town.yorii.saitama.jp/map/fukasawagawa-map.html)

出处：《日本的传说 18 埼玉的传说》早船千代、诸田森二（角川书店）/《埼玉县民间故事》根津富夫（未来社）/《以民族探索世界 – 神、佛、村》（庆友社）/《埼玉县传说集成 上卷》（北辰图书版）/ 寄居町官方网站《深泽川的四十八釜》https://www.town.yorii.saitama.jp/map/fukasawakawa–map html。

(Above) Offal served at Ichikawa Horumon includes pork intestine, skirt steak, cartilage, liver, cheek and tongue. If you're in the mood for alcohol, be sure to try an "ume-wari" off the menu – a cocktail made with plum syrup and a generous amount of shochu liquor.

（上）下水为猪肠、横膈膜、软骨、猪肝、猪头肉和猪舌。如果想喝上一杯，推荐本店的"梅子兑酒"，满满一大杯，在烧酒中兑入梅子汁制作而成。

Visiting restaurants in Yorii with Princess Oto-hime to delight in pork, wild game and more

The next restaurant I visited was Ichikawa Horumon, the best place in Yorii for BBQ offal (*horumon* in Japanese). The menu was limited to offal and liver upon first opening in the 1950s, but today there are more dishes on offer. Grilled over a charcoal brazier, the offal goes perfectly with the restaurant's original sweet and salty sauce, and is absolutely superb.

Next, we walked over to Niku no Minegishi, a butcher shop known for miso-marinated pork that opened in 1933 next to Yorii Station. For generations, the shop has been marinating pork loin in homemade miso. The tender meat is exceptional when grilled low and slow. It's also delicious when served cold, making it great for a packed lunch. Niku no Minegishi meat is a great souvenir to take home, too.

Niku no Minegishi's miso-marinated pork is very popular. The miso flavor has been carefully adjusted – slightly salty and very rich. The miso left over from the marinade is good for making stir-fried vegetables.

味噌腌猪肉余下的味噌可以用来炒蔬菜。本店的味噌口味经过精心调配，控盐、味道更浓郁，受到食客们的好评。

Next door to Niku no Minegishi is Mujaqui, an organic restaurant that also offers lodgings. It opened in 2022 in a renovated 100-year-old building. As Yorii's sole wild game meat restaurant, venison and wild boar are served here alongside organic vegetables. Mujaqui also has a wide selection of natural wine. After enjoying a full-course dinner combining so many natural flavors, it was a luxury to go straight to my room for the evening. Perhaps the Palace of the Dragon King is actually right here.

跟乙姬一起巡游寄居地区名店 猪肉和野味的幸福三角形

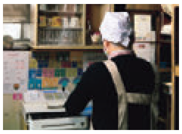
说到寄居地区的猪下水，当属"市川猪下水"。餐厅创建于 20 世纪 30 年代，一开始只卖猪下水和肝脏，但现在经营多个品类。店里采用木炭和小炉子炙烤新鲜的猪下水，再加上本店特制的甜咸酱汁，恰到好处的味道让人吃一口就爱上它。

由此继续步行即可到达以味噌腌猪肉而闻名的"肉之峰岸"。这家店坐落在寄居车站附近，是一家创建于昭和 8（1933）年的肉店。用代代相传的自家制味噌腌制而成的里脊肉，低温慢火烤至嫩滑，味道浓郁、香气诱人。即使凉了也还是很美味，也非常适合用来制作盒饭。也很适合作为手信而购买。

肉之峰岸的隔壁有一家"可住宿的有机餐厅 mujaqui"，这是一栋拥有约 100 年历史的老建筑，经过翻新后于 2022 年开张。店内仅限提供鹿肉和野猪肉等野味，搭配寄居地区种植的有机蔬菜一起食用，此外还提供多种天然葡萄酒。吃完一顿尽享大自然循环的丰盛晚餐后，直接就能上床睡觉，这是多么奢侈的事啊。或许此处正是真正的龙宫城也未可知。

Places to walk among Japanese spirits
Imaiya 1236-1 Yorii, Yorii-cho, Osato-gun, Saitama TEL: 048-581-0464
Ichikawa Horumon 959-1 Yorii, Yorii-cho, Osato-gun, Saitama TEL: 048-581-0454
Niku no Minegishi 796 Yorii, Yorii-cho, Osato-gun, Saitama TEL: 048-581-1377
Mujaqui (guest house and organic restaurant) 908 Yorii, Yorii-cho, Osato-gun, Saitama
https://mujaqui.jp/ Instagram: @mujaqui

妖怪散步景点
【今井屋】埼玉县大里郡寄居町寄居 1236–1 ☎048–581–0464
【市川猪下水】埼玉县大里郡寄居町寄居 959–1 ☎048–581–0454
【肉之峰岸】埼玉县大里郡寄居町寄居 796 ☎048–581–1377
【可住宿的有机餐厅 mujaqui】埼玉县大里郡寄居町寄居 908
https://mujaqui.jp/ Instagram@muja



Using the same techniques for 120 years, Imaiya has established a solid presence in town.

守护了约 120 年的口味。今井屋的外观极具存在感

Tales of Princess Oto-hime include a river voyage to the Palace of the Dragon King. She was also said to have lent out wooden bowls to locals.

与河道相连的龙宫城有乙姬传说。

old stories of lending bowls have been told throughout Japan by wooden bowl and utensil makers who traveled across the country.

Hoping to learn more about Saitori Zaemon's Mizukirimaru-Sword, I visited Seiryuji Temple where it has been traditionally kept. I was told, however, that while the storehouse still remains, the many treasures housed there disappeared many years ago. Could this also be connected to the Palace of the Dragon King?

Princess Oto-hime is famous in the town's commercial district, where many restaurants serve meat-centric cuisine

In the town of Yorii, home to these folktales, the chamber of commerce used Princess Oto-hime as the model for its mascot, Oto-hime-chan. Meanwhile, pork is promoted all over the town, including restaurant pamphlets and billboards, as a local specialty. Funny enough, even if you see the word *yakitori*, "grilled skewered chicken," on the menu, expect to be served pork in Yorii.

My first stop was Imaiya, a restaurant specializing in katsu-don (deep-fried pork cutlet over rice). Established in 1907, the restaurant first started serving this dish in the 1950s. The fried pork cutlet is dipped in a special *tare* (sauce) and served on rice. Most customers come for this dish, ordering it by the local nickname, "tare katsudon." Made without eggs, the coating is crispy and the pork inside is tender and juicy. The pork loin is lean, and isn't too heavy.

与河道相连的龙宫城是一个古老的平行世界。

自《日本书纪》时代以来流传至今的丹后（现京都）民间故事“浦岛太郎”可谓是每个日本人耳熟能详的故事。人们常常认为这是一个仅限在海上发生的故事，因为“浦岛太郎救了乌龟，所以被邀请到龙宫城做客”，但有很多版本声称实际上有很多内陆的池塘或河流都与龙宫直接相连。

我在参观乙姬雕塑的同时，也造访了从荒川开始分流的寄居町的深泽川。深泽川有着昭和 33（1955）年获得町认证的名胜——“四十八釜”，釜的意思是水流造成的水底凹陷），而其中的“船釜”便与龙宫城相连。相传很久以前，住在这一带河滩附近的赛取左卫门的年轻妻子是龙宫的使者，有一天她突然回到了故

Home to folktales about Princess Oto-hime and the Palace of the Dragon King, the Fukazawa River varies greatly in shape. It seems to lead to another world.

深泽川是龙宫和乙姬传说中的故乡，这里的河滩景色富于变化，充满幻想的情调，仿佛通向另一个世界。

Named Edohigan, this huge 150-year-old cherry tree is known for early blooming. Seen here in full bloom last March, the tree is located on the grounds of the Hachigata Castle ruins. Nearby are the 48 pot-shaped cavities in the Fukasawa River mentioned in folktales about Princess Oto-hime and the Palace of the Dragon King.

在流传着龙宫和乙姬传说的四十八釜附近，位于钵型古城遗址有一棵巨大的樱花树“氏邦樱”，其树龄长达 150 年，属于早开的品种，每年 3 月底就已经盛开。

乡。丈夫一路尾随，并得到了乙姬公主的招待，但随着时间的推移，他开始思念家乡，于是离开了龙宫并带走了一把名叫“水切丸”的宝刀。与此同时，在都幾川町又有这样的传说：河中的瀑布池跟龙宫城相连，如果有什么设宴摆酒之事，乙姬公主会把木碗和饭桌借给人们。类似这种“出借木碗的传说”在日本各地都能耳闻，一边制作木器一边巡游全日本的工匠们，也就是所谓的木地屋传颂着这个故事，也颇有意思。

据说赛取左卫门将宝刀“水切丸”寄存在正龙寺，于是我造访了寺庙并打听刀的下落，寺庙的人告诉我，这里确实现在还保留着一座仓库，但里面收藏的各种宝物从几代人前就已经消失。于是我想，或许这里也跟龙宫城相通。

以猪肉料理为主的美食街 乙姫是商业街的人气偶像

在传说中的寄居町，商工会的吉祥物也是取自乙姬的模样（名字也叫“乙姬酱”）。商店等通过传单和招牌大力宣传的是这座小镇的特产——猪肉。有趣的是，在这个地区，即使菜单上写着“烤鸡肉串”，但端上餐桌的往往会是猪肉。

首先要去的是著名的猪排盖饭餐厅“今井屋”。餐厅创建于明治 40 年，从昭和 30 年代起开始提供炸猪排盖饭。绝大多数顾客来到这里，都是为了吃炸猪排盖饭（俗称“酱汁猪排饭”）而来，猪排炸脆后蘸上秘制酱汁后，放在米饭上就成为盖饭。面衣不用鸡蛋，口感更为酥脆，包裹着柔软多汁的猪肉。猪肉采用脂肪较少的里脊肉，不会增加胃的负担。

Exploring 47 Japanese Folk Monsters

日本47妖怪散步

Interviews, content and sculpture by **Yuka Morii**
Photographs by Hidetoshi Hara
Edited by Sakurako Nakano

采访·撰稿·美工 **森井由佳**
摄影 原 Hidetoshi
编辑 中野樱子

21

Princess Oto-hime

Saitama

Ancient myths of Princess Oto-hime and Ryugu – the Palace of the Dragon King where she resided beneath the sea – have been passed down throughout Japan. In Saitama Prefecture, for example, stories are still told of the princess giving a mysterious sword at the palace to a man who traveled there via a river in the town of Yorii, or that she lent out wooden bowls to people in the town of Tokigawa.

Welcoming countless guests

乙姬 **埼玉**

龙宫乙姬的传说不仅流传在埼玉县，还传遍了全国各地。相传寄居町有一座与河道相连的龙宫城，有人获得了乙姬赐予的秘刀，并在都幾川町借到了木碗，类似的故事流传至今。

千客万来

From the thousands of yokai (folk monsters) believed to inhabit every corner of Japan, Yuka Morii selected one for each prefecture, which she then sculpted based on a unique interpretation of the folklore. Welcome to the Night Parade of One Hundred Flying Demons, where ghosts lure you into your journey.

相传日本全国各地共有数千只妖怪，
从各都道府县分别选出一只妖怪，
经过独到的诠释制作成实物。
欢迎您接受妖怪的邀请，
踏上飞天百鬼夜行之旅。

Imaiya serves its katsu-don simply, with just pickles as a side dish while forgoing the customary miso soup, allowing customers to focus on the pork cutlets.

今井屋的猪排盖饭不附带味噌汤，只有泡菜搭配。菜式简洁明快，让人专注于大啖猪排。

A river leading to the Dragon King's palace, a parallel world from the past

Princess Oto-hime appears in the folktale of *Urashima Taro*, a popular story loved by people throughout Japan. The story originated in the ancient province of Tango (now part of Kyoto Prefecture), and has been passed down since the time of the Nihon Shoki (Chronicles of Japan completed in 720 AD). In the story, the princess welcomed Urashima Taro at the Palace of the Dragon King as a reward for rescuing a turtle. It has been regarded as an ocean legend since the palace is beneath the sea, but there are actually a number of folk tales saying the route to the palace was through inland waters or rivers.

This led me to the Fukazawa River, which breaks off from the Arakawa River in the town of Yorii, Saitama. The town designated the river as a place of scenic beauty in 1958. Bringing along my sculpture of Princess Oto-hime, I visited a spot that has 48 pot-shaped cavities in the river bottom. Legend states that one of them was for a boat to travel to the Palace of the Dragon King. In this story, a messenger of the palace was a young woman married to a man named Saitori Zaemon, who lived by the riverbank a long time ago. After she suddenly returned home to the palace one day, her husband followed her there, and was welcomed by Princess Oto-hime. After many months, however, he wished to go back home. Upon leaving the palace, he was given a magic sword called Mizukiri-maru.

According to another folktale, the Palace of the Dragon King was connected to the river's waterfall in the town of Tokigawa, just a little south of Yorii. In this story, Princess Oto-hime lent out bowls and serving trays for special occasions. Interestingly,

返回目录 Back to Contents

Amazing "Local Premium" finds by ANA employees!
vol.21
员工的发现!各地精品推介

Visiting Malaysia with a CA who's traveled there many times
负责马来西亚航班的员工推出马拉西亚特辑!

Kaoru Kuriyama／Kaoru works as a chief flight attendant on international flights. She is currently seconded to the Saga Prefectural Government. In 2022, she was responsible for flights between Malaysia and Japan about three times per month. She's also visited Malaysia on family vacation with her two children. Kaoru loves Malaysia, and is happy to recommend a few places there.

栗山　薫／负责国际航班的空乘人员。目前被派往佐贺县政府。2022年度，每个月大约有3次服务于马来西亚航班。我还曾经带着两个孩子一起去马来西亚旅行，下面就为大家介绍这个我情有独钟的国家。

Science center and waterpark great for traveling with children
带孩子旅行最推荐去科学馆和水上乐园

It almost always feels like summer in Malaysia. When it's hot in the daytime, I suggest staying cool indoors. If you are traveling with children, I would definitely recommend visiting Petrosains, The Discovery Centre. A science center on the fourth floor of a shopping mall called Suria KLCC, spaces here encourage kids to think about the UN Social Development Goals, particularly in relation to minerals and energy resources. The centre also has racing simulators, which are great fun for adults. When the sun starts going down in the afternoon, KLCC Park's water playground is also a popular spot. During the evening in Malaysia, going back to the hotel to relax by the pool is a real pleasure.

由于马来西亚四季如夏，白天炎热的时间段建议您停留在凉爽的室内。如果您带着孩子一起旅行，我特别建议您去位于购物中心"Suria KLCC"4楼的"PETROSAINS"。这里是面向儿童的科学博物馆，同时设有关于矿物和能源的展区和模拟展示，旨在促进思考可持续发展目标，成年人也可以愉快地参观。下午，当太阳偏西时，人们习惯去KLCC公园的水上乐园游玩。傍晚以后再返回酒店，然后在泳池旁放松身心，可谓是奢侈的时光。

Delicious, steamed fresh seafood dishes and rice porridge
新鲜的海鲜和粥 美味绝顶的蒸菜

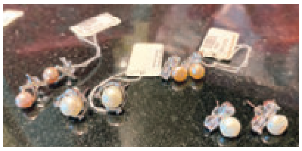
Malaysia is a treasure trove of diverse cultures and foods, including Malaysian, Indian and Chinese specialties. British traditions have also continued since Malaysia was a British colony in the nineteenth century. Of many local favorites, my top choice is Steam Era Seafood Restaurant, specializing in steamed cuisine. Here, vegetables and fresh fish from its fish tank are steamed over a pan filled with uncooked rice. As the food cooks, rich stock cascades over the rice to create rice porridge, an amazing dish to accompany the delectable steamed seafood and vegetables.

马来西亚有很多好吃的美食!这里一方面保留了19世纪英国殖民地的文化，另一方面又是一个美食宝库，拥有华侨、印度人和马来人等多种文化和美食。我最喜欢的餐厅之一是专门提供蒸菜的"蒸时代Steam Era Seafood Restaurant"。先把生米放在锅底，然后将蒸锅叠放在上面，锅中蒸一些从鱼缸里选来的新鲜海鲜及蔬菜。蒸的过程中，高汤滴落到下面的锅里，最后粥也煮好了，粥的味道真的超赞。

Chocolate, tea and beach sandals popular as souvenirs
巧克力、红茶、凉鞋等最喜欢的纪念品

In Malaysia, many supermarkets and shopping malls offer great gifts and souvenirs to take back home. A popular choice is Beryl's Chocolate, Malaysia's leading chocolate brand, but I also highly recommend tea from the Cameron Highlands' BOH Tea plantation, the country's largest. Their lychee-rose blend is popular, and my kids love BOH's decaffeinated strawberry raspberry tea. Other popular gifts include packets of Himalayan rock salt candies, which sell for just 40 yen (approx. $0.25 USD)! Fipper brand beach sandals and Borneo Island pearl accessories are also reasonably priced and popular as souvenirs.

超市和商场出售的食品非常适合作为随意送人的大量旅游手信。马来西亚的代表性巧克力品牌"Beryl's　Chocolate"是常见选择，但也推荐在马来西亚最大的红茶园金马仑高原种植的"BOH Tea"。荔枝玫瑰口味很受欢迎，我的孩子们喜欢不含咖啡因的BOH 草莓覆盆子口味。使用喜马拉雅岩盐制成的糖果每袋仅需40日元就能买到，fipper的凉鞋以及使用婆罗洲珍珠制成的珍珠制品价廉物美，作为手信也都很受欢迎。



Amazing "Local Premium" finds by ANA employees!

vol.21

员工的发现！各地精品推介

Everything from exquisite food to outstanding restaurants, secret scenic views and traditional delicacies – ANA Group employees from within Japan and around the world share their special local reviews.

从佳肴到顶级餐厅，从秘境到传统美食。
来自全球的全日空航空公司集团员工，带来最真实的各地精品推介。

Japanese cuisine recommended by a foodie employee

由美食家员工推出全日本美食特辑！

Yasutaka Hiraoka／Yasutaka is responsible for loading in-flight meals on international flights from Haneda Airport. His hobbies include traveling, playing golf and watching baseball games as a fan of the Tokyo Yakult Swallows. He loves searching for delicious food while traveling and is happy to recommend a few places he's found.

平冈　靖隆／为羽田机场起降的国际航班装卸机上餐食的操作员。爱好旅行、打高尔夫和观看棒球比赛，也是东京养乐多燕子队的球迷。我平时最爱在旅行中寻找美味的食物，那么在此为大家介绍我最为推荐的美食。

Traveling to Hiroshima for the local specialty, okonomiyaki

值得特地去吃的著名御好烧

Hiroshima, Hiroshima
广岛县广岛

In Hiroshima, the *okonomiyaki* (savory pancake) served at Yagenbori Hassho is beyond incredible. Many restaurants have "Hassho" in their names in Hiroshima, but this spot is home to my favorite okonomiyaki. The aromatic sauce and crispy fried soba noodles packed inside make for a taste I can't get enough of. Traveling all the way to Hiroshima just to eat here is worth it. All the side dishes here are tasty as well, so please try them with a cold beer when you visit.

广岛市内有一家名叫"药研堀 八昌"的御好烧堪称极品。广岛县有好几家御好烧店都叫"八昌"这个名字，但我最喜欢的还是这家。香气扑鼻的酱汁、夹着酥脆炒面的御好烧，好吃得让人上瘾，我甚至会特地跑到广岛去吃这道美味！所有单品的菜点都很美味，请一定搭配啤酒一起品尝。

Ikeda Beef steak is a real delicacy

珍稀品牌池田牛的牛排

Ikeda, Hokkaido
北海道池田

First up is a steak restaurant called Yonekura in the town of Ikeda in Hokkaido. It's located in front of Ikeda Station on the JR Nemuro Line, about 50 minutes by car from Tokachi-Obihiro Airport. The restaurant's Ikeda Beef steak is so tender, it melts in your mouth. Ikeda Beef is a very rare and valuable Wagyu brand, and cattle are born, raised and processed entirely in Ikeda. I suggest ordering the steak for lunch or as a takeout bento box, when the price is lower. Ordering a boxed lunch might be difficult when the restaurant is busy, so you should get in touch in advance.

距离十胜带广机场约50分钟车程的JR根室本线池田站前，有一家餐厅名叫"Yonekura（米仓）"，这里的池田牛排肉质鲜嫩、入口即化，令人忍不住发出惊叹。池田牛是完全在池田町出生、饲养和加工的珍稀品牌牛肉。如果想以低廉的价格吃到这种牛排，午餐套餐或外卖牛排盒饭是首选，不过店内繁忙时间段有可能无法提供盒饭，所以请提前向餐厅确认。

Fruit-flavored shaved ice is a refreshing summertime treat

炎热季节吃一杯足量水果的刨冰

Kyoto, Kyoto
京都府京都

Kyoto gets very hot in the summer. If you visit then, I recommend a *kakigori* (shaved ice topped with flavored syrup) specialty shop called Kanoko. It's right next to Shimabara-omon Gate, a historical landmark about 10 minutes on foot from Umekoji-Kyotonishi Station (near Kyoto Station). The shaved ice selections are topped with fresh fruit and house-made fresh fruit syrup. All the options are gorgeous and popular, but my favorite flavors are melon and strawberry. The selections are seasonal, and no matter which one you choose, you will definitely make you want to come back!

紧邻京都站，从梅小路京都西站步行约10分钟。紧邻旅游胜地"岛原大门"的刨冰专卖店"鹿之子"，是夏季造访天气炎热、以至于屡屡创下高温纪录的京都时值得推荐的一家店。刨冰上淋着用新鲜水果手工制作的糖浆和大量果肉，卖相漂亮又好吃，每种口味都很受欢迎，但我个人最喜欢的是甜瓜和草莓。根据季节的不同，店内提供不同的种类，因为这家的味道特别棒，所以不知不觉就会成为常客呢。

This sanma-zushi is served at the restaurant Kishuzushi Hamano. Sanma-zushi originated as a preservation method, and is often served during times when people gather together, like autumn festivals and the New Year holidays. The firm texture of Pacific saury caught off the coast of Wakayama in the Kumano Nada Sea is perfect for this type of sushi.

“秋刀鱼寿司”作为鱼类腌制食品发展而来。据说在秋季民间庆典和新年时，人们聚集的时候常常吃这种寿司。熊野滩捕获的秋刀鱼肉质紧实，制作寿司是首选。

Kishuzushi Hamano (main branch)
2497-125 Katata, Shirahama-cho, Nishimuro, Wakayama
http://kishuzusi-hamano.com

纪州鮨 滨乃总店
和歌山县西牟娄郡白滨町坚田2497–125　http://kishuzusi–hamano.com

Sampling additional flavors from Wakayama

享受更多和歌山的乐趣

Wakayama locals are known for their love of sushi, including many popular and unique varieties. Among them, *nare-zushi* is made with fermented rice, which preserves the fish, *sanma-zushi* is made with pickled sanma (Pacific saury) and *mehari-zushi* is made by wrapping rice in salt-pickled mustard greens. Some ramen shops even offer sushi in Wakayama, a unique trait of the prefecture’s culinary culture. For a complete Wakayama culinary experience, trying the sushi is a must on your visit here.

和歌山县的居民爱吃寿司是一个广为所知的事实。这里的寿司千姿百态、种类繁多，比如利用大米的发酵效果来保存鱼的腌制食品“熟寿司”、“秋刀鱼寿司”、用盐腌过的芥菜包着米饭吃的“目张寿司”等。甚至在拉面店里也提供寿司，这应该也是和歌山独有的饮食文化吧。如果您想更深入地品尝和歌山的当地美食，不妨在旅途中吃一次寿司体验一下吧。

Sushi shop Wakayama Suiryoken offers *kakinoha-zushi* (left and above), a type of sushi wrapped in a fragrant persimmon leaf, adding to the flavor. The shop has increased the types of fish it uses over the years, and sea bream and salmon are now popular. They also offer *kodai suzume-sushi* (right), a Wakayama favorite sold in boxes at train stations. Made in the same way as nare-zushi, the fish is seasoned with flavored vinegar, making soy sauce unnecessary.

(上/左）“柿叶寿司”。柿子叶的香味融入寿司中，让寿司更具风味。随着时代的变化，配料的数量不断增加，鲷鱼和三文鱼等也成为人气配料。（右）和歌山著名的人气车站便当“小鲷雀寿司”。以“熟寿司”文化为基础，用甜酒调味，不需要蘸酱油。

Wakayama Suiryoken
http://www.w-suiryoken.co.jp

和歌山　水了轩
http://www.w–suiryoken.co.jp

The restaurant Sohonke Mehariya serves mehari-zushi, made with either white rice or vinegared rice wrapped in mustard greens that are salt-pickled in the winter. This type of sushi was originally made for people in the area’s thriving fishing and forestry industries to be eaten on work breaks. Some places also make this sushi with grilled fish mixed in the rice.

“目张寿司”的起源是在渔业和林业兴旺的地区，人们在劳作途中的休息时间食用这种寿司。冬天用盐腌制过的芥菜包裹白米饭或醋饭。在有些地区米饭里面还会拌入烤鱼。

Sohonke Mehariya (Shingu Honten main branch)
5-6 Yakushima-machi, Shingu, Wakayama
http://www.mehariya.co.jp

总本家目张屋新宫总店
和歌山县新宫市药师町5–6　http://www.mehariya.co.jp

3

4

1

2

(1) Plum vinegar is a byproduct of umeboshi production. Extracted from plums pickled in salt, it has a rich plum flavor that's great for seasoning. (2) Containers of umeboshi, harvested before the plums are ripe and made using traditional methods, are priced starting at 810 yen. (3) After being pickled in plum vinegar, shiso is dried in the sun and processed as *furikake* (dried seasoning sprinkled over rice), a popular product. (4) Employees closely check all dried plums before shipment. Many well-known Japanese restaurants and sushi establishments prefer the taste of the center's umeboshi and have been ordering from them for years. (5) This specialty plum liquor was produced by adding unripe plums to Japanese shochu liquor and aging it in Amarone wine casks.

1 梅醋是腌制梅干时的副产品。它含有用盐腌制新鲜梅子时析出的梅子精华，由于含有大量梅子成分，故被用作调味料。2 "袋装梅干"是在青梅时采摘并采用传统方法腌制而成的，810日元起。3 将梅醋浸泡过的紫苏放在烈日下曝晒。紫苏干磨碎而成的拌饭佐料也很受欢迎。4 每一粒梅干均经过仔细检查并发货。据说多年来许多著名的日本料理店及寿司店也都对这里梅干情有独钟，持续在此采购。5 采用青梅与烧酒进行发酵，放在阿玛洛尼葡萄酒的木桶中熟成的特制桶装酒。

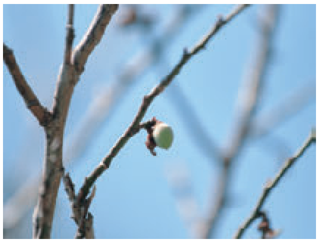
Ryujin Shizen Shokuhin Center
230 Ryujinmura-nishi, Tanabe, Wakayama https://ryujinume.com

龙神自然食品中心
和歌山县田边市龙神村西230 https://ryujinume.com

5

1

2



3

(1) The Ryujin Shizen Shokuhin Center grows *shiso* (Perilla leaf), which is essential for making umeboshi. Shiso is often eaten by insects during the seedling stage, so growing it without using pesticides requires a lot of effort and time. (2) The center's employees seem to eat umeboshi every day. One told us, "As long as we have plums, I find myself satisfied, even if the other flavors are simple." (3) The center has about 1,700 plum trees, and harvesting starts in May.

1 在"龙神自然食品中心"，他们还种植制作梅干所必需的紫苏。紫苏在幼苗期容易遭受虫害，在不使用农药的前提下种植紫苏需要花费大量的时间和精力。2 据说所有工作人员每天都吃酸梅。他们表示："只要有梅子，其他饭菜只用简单的佐料也可满足。" 3 约1,700棵梅树。5月迎来收获的季节。

Delicious umeboshi comes from a love of nature

According to Japan's oldest surviving medical text (*Ishinpo*), umeboshi have been eaten in Japan since the Heian era (794–1185). Like miso and soy sauce, umeboshi is still a cornerstone of the Japanese diet.

Dried and pickled umeboshi plums are a must for making rice balls and bento packed meals. Around 60% of Japan's umeboshi are produced in Wakayama, and the Minabe-Tanabe area is one of the country's top plum producing regions.

The area's thriving plum industry dates back to the Edo era. At that time, the first feudal lord of the Kii-Tanabe domain, Ando Naotsugu, encouraged people to grow plums as a method to alleviate their annual tax burden in the territory of Tanabe (the modern-day city of Tanabe and town of Minabe), which did not have quality growing soil. The area has continually produced high-quality plums, and the Minabe-Tanabe Ume System has been designated as a Globally Important Agricultural Heritage System by the United Nations, for more than 400 years since then.

We visited the Ryujin Shizen Shokuhin Center, a natural food center that grows plums sustainably to reduce burden on the environment, and also people. The center is one of many local umeboshi producers involved in maintaining the area's ecosystem through plum cultivation.

The Ryujin Shizen Shokuhin Center does not use any pesticides, chemical fertilizers or food additives. Employees here handle every stage, from plum cultivation to processing, and the original flavors of the ingredients really come through in the umeboshi they produce. Everyone is committed to preserving the area's natural beauty and passing on their umeboshi-making tradition to future generations.

"热爱大自然，就能做出美味的梅干"

据日本现存最古老的医书《医心方》记载，早在平安时代就已经有人食用梅干，它跟味噌及酱油同样，在日本饮食的悠久历史中，绵延不断地支撑着其发展。

制作饭团或盒饭时，梅干是必不可少的配料。全日本约60%的梅子产自和歌山县，尤其是南部和田边地区，作为日本最大的梅子产地而享誉全国。

该地区开始大面积种植梅子的契机，可以追溯到江户时代。田边领地（现在的田边市和南部町）的土壤并不适合栽种作物，农民为了支付赋税十分辛苦，纪伊田边藩的初代藩主安藤直次，便开始鼓励农民种植梅树。此后，约400多年来持续生产质量上乘的梅子，该地区的 "南部/田边的产梅系统"受到了世界农业遗产的认证并获得评价，一路发展至今。

我们造访了"龙神自然食品中心"，在当地众多通过梅子维持生态系统的梅干制造企业中，它尤其注重不给自然及人类增加负担，持续不断地推广可持续生产。

"龙神自然食品中心"的特点是完全不使用农药、化学肥料或添加剂。从种植到加工，全部过程均由他们用自己的双手完成，如此制作出来的梅干让您直接感受到食材本来的味道，同时也让人感受到，参与梅干腌制工作的人们心中燃烧着传承梅干文化的热切愿望。

Producing umeboshi, a cornerstone of the Japanese diet since ancient times, in harmony with nature

自古以来，梅干一直是日本饮食的重要元素
与自然共存并持续生产

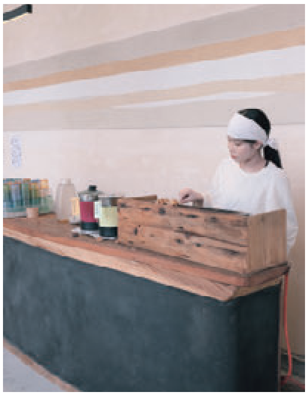
Mountains over 500 meters high cover about 70% of the city of Tanabe's Ryujinmura district, which is home to the Ryujin Shizen Shokuhin Center.

龙神自然食品中心位于田边市龙神村，海拔500米以上的山岳部分覆盖了该村约70%的面积。

Soy sauce adding flavor to daily life

酱油在生活场景中的应用

1



Yuasa Beishou is a cafe housed in Yuasa's former train station building. Among its local specialties, grilled mochi rice cakes generously topped with Kadocho soy sauce and Kinzanji miso tamari sauce are popular. This aromatic dish is toasted over an open flame, and the mochi's fluffy, light texture is addictive. The interior walls are painted with soy sauce lees (a solid substance left over after pressing the fermented mash) supplied from Kadocho.

这家咖啡馆的前身是 JR 汤浅站的旧车站。也出售当地特产。这里最受欢迎的一道菜品是烤年糕，使用"角长"的酱油，大胆地淋上金山寺味噌的溜酱油，放在火上直接烤到微焦、酱香四溢。轻盈松软的口感让人一吃就爱上。商店的墙壁上采用"角长"酱油糟（一种从酱油发酵物中榨出的固体副产品）作为涂料，点缀着空间。

Yuasa Beishou
1075-2 Yuasa, Yuasa-cho,
Arida, Wakayama
Instagram @yuasabeishou

汤浅米酱
和歌山县有田郡汤浅町汤浅1075–2
Instagram @yuasabeishou

Established in 1900, Yokogusu is a Japanese restaurant that serves fresh *shirasu* (whitebait) caught off the nearby coast topped with a special blend of local soy sauces, including some from Kadocho. The simple dishes here are a reminder of how delicious soy sauce is essential to enjoy fresh fish.

创建于1900年的日本料理店。吃法是在近海捕获的新鲜银鱼上，淋上"角长"及当地酱油混合而成的特制酱油。简简单单一道盖饭，告诉我们新鲜的鱼类必须佐以美味的酱油才算完美。

Yokogusu
664 Yuasa, Yuasa-cho, Arida, Wakayama

横楠
和歌山县有田郡汤浅町汤浅 664

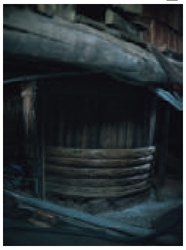
1

Making soy sauce with time-honored Yuasa tamari methods

“汤浅溜酱油”的制作方法自古以来从未改变

Kadocho
7 Yuasa, Yuasa-cho, Arida, Wakayama   http://www.kadocho.co.jp
角长
和歌山县有田郡汤浅町汤浅7   http://www.kadocho.co.jp

2



3

4

Kadocho is a long-established Yuasa soy sauce producer founded in 1841. Ever since, it has preserved its history by using the same Yuasa tamari methods to make soy sauce. This has earned the brewery an excellent reputation, as well as important cultural property designation by the Japanese government. Kadocho is well known across the country, partially thanks to its appearance in the manga series, *Oishinbo*.

(1) Kadocho can steam over 700 kilograms of soybeans in one large vessel. (2) A cask made of Yoshino cedar wood. (3) Yuasa Tezukuri Shoyu (handmade soy sauce) is available from 695 yen, and Nigori Bishio (dark soy sauce made without heat or compression) is available from 788 yen. (4) Products are shipped nationwide from four breweries.

汤浅酱油是一家创建于天保12（1841）年的老字号。店家在保留历史景观的基础上，采用古法持续不断地酿造“汤浅溜酱油”，因而被指定为重要文化财产。它还登上了漫画《美味大挑战》，是闻名全国的老店。1 一次性可蒸700公斤以上大豆的锅炉。 2 吉野杉木的发酵木桶。 3 “汤浅手工酿造酱油”695日元起。制造过程未经压缩或加热的“浊酱”，售价788日元起。4 酿制作坊也承接日本境内的邮购订单。

The traditional soy sauce production method begins by mixing koji mold with steamed soybeans and roasted, crushed wheat, and storing it in a koji fermenting room. After about four days, the mixture is added to a wooden cask with salt and water, and then stirred often over a fermentation period of about 1.5 years. Finally, it's pressed and heated over firewood. All of these steps are performed by hand without machines, giving the soy sauce its essential flavor, aroma and color.

传统的酱油制作工艺是在蒸熟的大豆、烘烤并粉碎的小麦里，拌入酱油酵母菌后，存放在"麹室"内。大约4天后，将其与盐和水混合后装进木桶。通过反复搅拌，大约需要一年半的时间慢慢发酵，最后挤出残渣，使用柴火加热并完成制作。所有这些工序绝不依赖机器，全靠人手操作，在此过程中，酱油逐渐呈现出天然的滋味、香气和色泽。

Continuing culinary production traditions in the region

用这块土地守护代代相传的酱油

How Kinzanji miso brought from China led to Japan's original soy sauce

Kinzanji miso developed in Japan based on the original version brought over from China by Zen master Hotto Kokushi. Later, the miso's liquid component created in the production process became the basis for soy sauce. The liquid was drawn out from the miso's vegetable ingredients thanks to salt, and after improvements were made over time, it developed into modern-day soy sauce.

As Yuasa prospered as a stopover on the Kumano Kodo route, the soy sauce the town introduced to the world became popular in Osaka, Kyoto and other areas during the Edo era. As evidence of its popularity, there were 92 soy sauce shops operating in the town, at a time when it had only about 1,000 households! Aiming to sell their soy sauce in the sprawling city of Edo (modern-day Tokyo), the producers set up a factory in Choshi, Chiba Prefecture. As a result, soy sauce became commonly used across Japan. Today, only a handful of soy sauce producers remain in Yuasa, but they have preserved time-honored production methods to create the same original flavors.

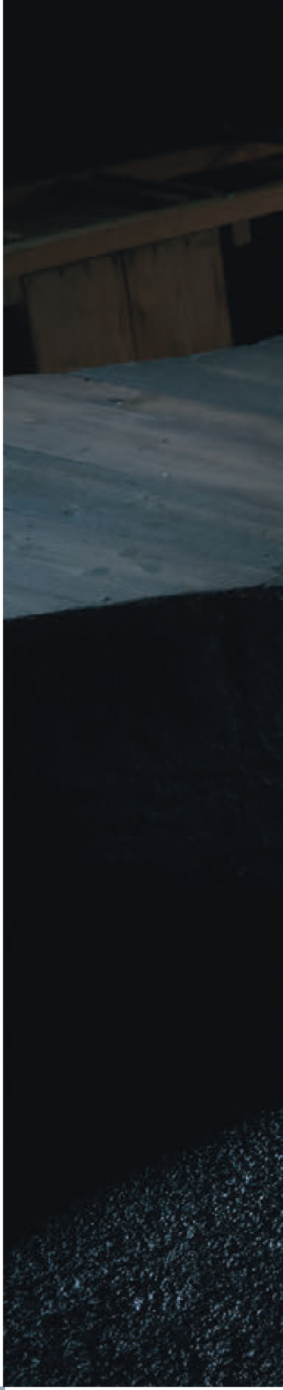
Among the producers still operating, Kadocho has the longest history. Like Ota Kyusuke Ginsei, it's located in the important heritage building preservation district in Yuasa. The rich aroma of soy sauce fills the brewery, the pillars and walls inside are covered with brewery yeast, the source of the miso's distinct flavor. The quiet atmosphere inside felt like a cave. The tools and equipment in the brewery were also captivating, including a pressure pot, a huge wooden cask over two meters in diameter, and a pot heated by firewood. All the implements clearly had many years of history. Produced by hand without machines, the soy sauce at Kadocho represents the history and culture of Yuasa, and its long tradition of creating fermented food products.

来自大陆的金山寺味噌孕育了日本独有的酱油

金山寺味噌是以法灯国师从中国带回来的味道为基础发展而来。制造过程中产生的水分便是酱油的起源。蔬菜中所含水分因盐的渗透压而析出，人们对此反复加以改进和优化，使其变成了我们今天使用的酱油。

汤浅町作为熊野古道上的驿站而繁荣一时，酱油正是诞生于此，到了江户时代，酱油的知名度扩大到了大阪、京都等各个地区。当时汤浅共有1千家左右的住户，而酱油店一家挨着一家，达到92家之多，由此可见其人气。商家进而想在大城市——江户销售酱油，于是开始在千叶县铫子市从事酿造。酱油文化便这样传遍了日本全国。目前，汤浅町的酿造企业只剩下了寥寥数家，但传统的火炬并未熄灭，人们依然守护着昔日的味道和工艺。

现存酿造企业中历史最为悠久的当属“角长”，其酿造作坊跟“太田久助吟制”同样坐落在重要传统建筑群保存地区。酿酒厂里充满了浓郁的酱油香气，柱子和墙壁上都栖息着独家口味的保证——“自有酵母菌”。作坊内宛如山洞，充满了肃穆的氛围。我们的视线一下子就集中到了那些充满动感的庞大设备上。压力锅、直径超过2米的材料发酵用大木桶、烧柴火加温时使用的大锅等，无一不让人感觉历经岁月沉淀的历史。不依赖机械加工，而是采用手工酿制的酱油，仿佛正在向我们展现在历史长河中，与酿造文化息息相关并发展至今的汤浅町历史和文化。



Traditional miso production in a building with over 150 years of history

在拥有150年历史的酿造作坊
独此一家的传统口味

1

2

(1) At Ota Kyusuke Ginsei's store, small cups of Kinzanji miso fermented for about three months are sold starting from 700 yen. (2) Tea-flavored rice gruel, called cha-gayu, topped with Kinzanji miso is a popular dish in Wakayama. Incidentally, cha-gayu is affectionately referred to as *okai-san* in Wakayama. One local miso producer named Kazuyo who works alongside a fifth-generation miso artisan told me, "I don't feel right unless I eat miso every day." (3) Ota Kyusuke Ginsei is located in an area that preserves important heritage buildings. (4) The old storefront attracts tourists and is also frequented by locals.

1 熟成约 3 个月的"金山寺味噌 超值装"700 日元起。 2 和歌山著名的茶粥佐以金山寺味噌一起品尝。跟第五代店主一起制作味噌的加寿代女士说:"一天不吃味噌，我就全身不舒坦。"顺便要提到的是，在和歌山，人们对茶粥情有独钟，还赋予一个昵称叫做"Okai-san"。3、4 号店位于重要的传统建筑群保存区的一隅。不仅有络绎不绝的游客造访，当地人也频频前来这家老字号商铺。

3

Ota Kyusuke Ginsei
15 Yuasa, Yuasa-cho, Arida, Wakayama
https://ota-kyusuke.jp

太田久助吟制
和歌山县有田郡汤浅町汤浅15 https://ota-kyusuke.jp

4

1

2

3

4

(1) Sixth-generation miso producer Koji Hirano checks the koji while breaking it up. He was trained to make Kinzanji miso using traditional methods at Ota Kyusuke Ginsei, and has experience apprenticing under a master from a different industry, too. (2) In the koji fermenting room, the temperature is adjusted using air from outside. Air conditioning is not used, even in the summer. (3) Summer vegetables such as Oriental pickling melon and small, round eggplants are chopped up and pickled in brine. Ota Kyusuke Ginsei is known for chopping them into relatively large pieces, which adds dynamic texture. (4) Once finished, the Kinzanji miso is weighed and packaged by hand. The area has a long tradition of producing homemade Kinzanji miso, and koji is also sold separately for this purpose.

1 在“太田久助吟制”，第六代店主平野浩司原本是从不同行业改行而来，拜师学艺后继承了店家的衣钵，他以传统工艺酿造金山寺味噌。只见他一边用手感知酒曲的状态，一边将其一粒粒抖开。 2 味噌发酵的房间“麹室”。夏季不使用空调，利用自然风调节温度。 3 将白瓜、圆茄子等夏季蔬菜切碎，泡在水里。蔬菜丁切得较大是“太田久助吟制”的特色，这会让成品更有嚼劲。 4 金山寺味噌制作完成后，由手工称重并包装。本地区有着家家户户自己制作金山寺味噌的传统，所以有时也可以看到单独出售酒曲。

Tracing the history of Kinzanji miso and the origins of soy sauce

The history of Kinzanji miso in Japan started in the year 1249. Zen master Hotto Kokushi was so impressed by the miso he ate while training in China, he learned the production method and brought it back to Kokokuji Temple in the town of Yura, Wakayama. At first, the miso was made as a long-lasting, preservable side dish served at the temple, but as it became known for its delicious taste and nutritional value, miso spread in popularity to surrounding areas.

Kinzanji miso is made by first fermenting *koji* (Aspergillus oryzae mold) made from a combination of rice, soybeans and raw barley, then adding summer vegetables, including Oriental pickling melon, small, round eggplants and ginger, and further fermenting it for several months. Rather than only being used as a base for dishes like miso soup, Kinzanji miso is also great on its own. In fact, it was traditionally regarded as a staple dish among commoners, and as a preserved food for winter. Originally the miso was watery due the pickled vegetables it contained, because this liquid caused mold, the original producers discarded it. Yet eventually they discovered that the liquid had a lot of flavor, and after making a series of improvements, it developed into soy sauce. Given this intriguing history, Kinzanji miso can also be regarded as the origin of soy sauce.

Kinzanji miso originated at Kokokuji Temple, and factories that have been making it – as well as soy sauce – since the Edo era (1603–1868) still exist in the town of Yuasa, about a 30-minute drive from the temple. The area's warm climate and high-quality, clean groundwater provide excellent conditions for making fermented foods like miso and soy sauce. Both are indispensable in Japanese cuisine, and these traditional production methods are still inherited today. Walking through a part of Yuasa designated as an important heritage building preservation district, the beginnings of Japan's traditional culinary culture were palpable. Yuasa has a long history as a town at the cornerstone of Japanese cuisine.

酱油之母——金山寺味噌的历史

1249年，法灯国师前往宋朝（现在的中国）修行，在那里吃到的“径山寺味噌”给他留下了深刻的印象。于是他学习了制作方法并将其带回和歌山县由良町的“兴国寺”，据说这就是“金山寺味噌”的起源。起初人们将味噌作为寺庙的常备菜而制作，后来因为其味道鲜美、营养丰富而博得好评，并流传到周边地区。

金山寺味噌的制作方法是把大米、大豆和裸大麦的三种混合曲作为腌制基质，加入白瓜、圆茄子和生姜等夏季蔬菜发酵，耗时数月精心酿制而成，可以说是“下饭味噌”。它不仅是可用于制作味噌汤等的调味料，同时也是老百姓餐桌上的常备菜，且是冬季长期保存的食品。其特点是加入蔬菜进行腌制，所以会有很多水分，一开始人们因为水分过多容易发霉，就把水扔掉了。但后来有人尝了之后，觉得很好吃，于是再加以改进，就变成了酱油。所以，金山寺味噌是名副其实的酱油之母。

在距离金山寺味噌的诞生地兴国寺约30分钟车程的汤浅町，有一家从江户时代起就开始生产金山寺味噌和酱油、并持续至今的酿造作坊。优质、清洁的地下水和温暖的气候孕育了日本料理中必不可少的味噌、酱油等发酵食品，人们将其传承、呵护至今。当您漫步在这个被指定为重要传统建筑群保存地区的街区时，应该就能接触到日本古早饮食文化的源头。在这座为日本料理奠定基础的小镇上，一起去感受一下历经岁月长河，绵延不断的丰饶时光吧。

This "brewery yeast" (left) is the source of the unique flavor of Kinzanji miso, which is currently made by Ota Kyusuke Ginsei, a miso producer founded in 1851. The yeast grows on wooden pillars in the brewery, built in 1841. In that era, Yuasa thrived as a hub for travelers.

汤浅町作为人来人往的贸易枢纽而繁荣一时。创建于嘉永 4 (1851) 年的“太田久助吟制”的酿造作坊建于天保 12 (1841) 年，如今仍在源源不断地制作金山寺味噌。在作坊的柱子上，栖息着“自有酵母菌”。正是因为这种酵母菌，才孕育出独此一家的口味。

Visiting the birthplace of miso – the genesis of Japanese cuisine

探访日本料理的原点 味噌诞生之地

The predecessor to Saihoji Temple, Kokokuji Temple was founded by Kazurayama Kagetomo, a vassal of the third Kamakura shogun, Minamoto no Sanetomo, to repose the shogun's soul after he was assassinated. Later, the temple's head priest, named Kakushin, converted to Zen Buddhism after returning from China during the Song Dynasty. Most of the temple was destroyed during an invasion of Kishu Province (the former name for Wakayama) led by samurai Hashiba Hideyoshi, but was rebuilt in 1601 by Asano Yoshinaga, the feudal lord of Kishu at the time.

兴国寺的前身是镰仓幕府第三代将军源实朝被刺杀后，其家臣葛山景伦为了祭奠主人亡魂而建造的"西芳寺"。后来从宋朝回到日本的觉心将其改为禅宗。丰臣秀吉进攻纪州期间，寺庙大部分被毁，1601年由当时的纪州藩主浅野幸长重建。

Kokokuji Temple
801 Monzen, Yura-cho, Hidaka, Wakayama
兴国寺
和歌山县日高郡由良町门前801

Exploring the birthplace of Japanese flavors

寻访日本料理之味的诞生地

Flights to Wakayama

Wakayama can be reached by ANA flights to Kansai International Airport via Tokyo's Haneda Airport and other airports throughout Japan.

前往和歌山的航班

前往和歌山可从东京（羽田）等乘坐全日空航班飞往关西国际机场。

Note that flight details are subject to change.
Please refer to ANA's website for the latest information.

※ 航班信息有可能变更。最新信息请确认全日空官方网站。

Wakayama

Wakayama Prefecture is surrounded by the sea on its western, southern and eastern sides, and when maritime travel flourished in Japan, it was an important hub linking the Seto Inland Sea and Pacific Ocean. Different cultural traditions that arrived by sea were embraced by the local people. As a result, staples of Japanese cuisine – miso, soy sauce and *umeboshi* (dried, pickled plums) – were created in Wakayama and spread throughout Japan. Join us on a journey to Wakayama Prefecture to learn more about the origins of these Japanese culinary phenomena still treasured across the country today.

Photographs by Ayumu Yoshida; interviews and content by Marie Takada

和歌山

在海上交通盛极一时的古代，三面临海的和歌山县曾经是连接濑户内海和太平洋的交通要塞。因此，各种文化通过海路传入和歌山。居住在这里的人们自古以来积极采纳外来文化，以此孕育了构成今天日本料理的基本元素味噌、酱油及梅干，并对其发扬光大。让我们踏上旅途，去寻访一下日本人喜爱的“日本味道”的发源地吧。

摄影：吉田步　采访、撰稿：高田真莉绘

又到了向日葵在夏日云彩和耀眼蓝天的映衬下闪耀的季节。

7月是全日空永远不能忘记的月份，1971年的雫石事故和1999年的劫机事件均发生在7月。为此，我们将7月定为“推进航空安全、强化航空安全月”，将其视作重新思考我们必须守护的“安全”的重要时期。

在全日空，为了确保每一名员工无论何时、置身何种情况都能专业行事，始终将安全放在第一位，我们不仅进行严格的日常培训，还注重从失败中学习，开展模拟失败培训，培养员工发现问题的能力；我们还持续提升培训水平，包括使用VR及360度全景摄像机实施风险预测培训等；同时，为了确保在飞机发生不测事态时，机上员工能为空乘人员提供支持，帮助乘客并带头疏散，集团所有员工均需定期接受“飞机紧急疏散培训”，我们构建了一个让顾客可以安心乘坐全日空航班的环境。

但与此同时，有越来越多的场景不再适用以往的安全常识。例如，全球气候变化导致极端天气频发，已成为航空安全的新威胁之一。因此，全日空运用3D气象应用程序（ARVI），从“IATA Turbulence Aware”平台获得湍流实时数据加以利用，收集和分析各家机场积累的数据及资深员工的经验，以提高台风预测的精准度等，充分利用数字化和员工的力量，与集团内外多方协作，进一步保障航班的飞行安全。

扎扎实实地持续贯彻安全措施，随着环境变化不断更新安全应对措施。这种“持续与进化”的积累，是守护安全的基础。面临紧急情况的员工无需谁发出命令，都能服从全日空的安全理念，从乘客和工作伙伴的利益出发做出准确判断，并充满信心地采取行动。这就是我们追求的“安全文化”，我们坚信，将这一文化传承到未来，这正是我们的使命，守护安全是我们的社会责任。

今年7月，我们将举办“TALK SAFE”论坛，从管理层到新员工的所有境内外员工，均可通过这个平台广泛分享和讨论我们的安全举措中不变和持续更新的部分。这一活动启动以来，已经走过了30多个年头。今后，50年、100年，我们还将继续这一传统，确保将全日空的安全文化代代传承并发扬光大。

我本人也将于今年夏季前往全日空以往的事故现场，重新确认并进一步坚定对安全的承诺。为了坚守每年写在七夕节祈愿纸条上的“安全”二字，我们全体员工将全身心投入到每一次飞行中，确保航班安全运行。

暑假将至，本月全日空的全体员工也无比期待能在我们的机舱内邂逅您的笑容。

An amazing view of the Milky Way from Kohama Island in Okinawa (Photo: Haimurubushi)
从冲绳县小滨岛眺望银河（照片提供：Haimurubushi）

President & CEO, ANA
全日空航空公司代表取缔役社长
Shinichi Inoue
井上慎一

Greetings from President & CEO, Shinichi Inoue

ANA's Commitment to Safety

安全的誓言

In summer, sunflowers bloom under brilliant clouds and clear, blue skies. This is an important time for everyone at ANA to reflect on the importance of ensuring safety. July, especially, is a month we can never forget: In July 1971, aircraft collision occurred over the town of Shizukuishi, Iwate Prefecture, and in July 1999, a hijacking incident occurred during a flight from Tokyo. July, therefore, has been designated as Aviation Safety and Security Promotion Month.

At ANA, we continue to improve our training programs, spurring our employees to respond professionally no matter what the situation, with safety always the priority. In addition to rigorous safety training on a routine basis, we carry out accident training drills to help employees learn from past mistakes and improve their ability to recognize potential problems. Further, we conduct risk identification training that makes use of virtual reality systems and 360° cameras. All ANA Group employees also participate in regular aircraft emergency evacuation training. As a result, even when flying as passengers, they can help cabin crew provide guidance and assist passengers in the event of an emergency, making ANA's flights safer for everyone.

In an increasing number of cases, however, conventional wisdom on safety doesn't always apply. For instance, due to the global impact of climate change, extreme weather conditions are a new threat to flight safety. To ensure safety under changing circumstances, ANA is making full use of digital technology and human expertise, both internally and in cooperation with external organizations. During flights, for example, crews use real-time data on turbulence conditions obtained from the Turbulence Aware data-exchange platform set up by the International Air Transport Association. We are also employing the 3D weather app ARVI and predicting typhoons more accurately by compiling and analyzing data collected by experts at many different airports.

ANA recognizes that safety measures must be implemented without fail and updated according to emerging conditions – their continued evolution forms a crucial foundation to ensure safety. The greater goal of our safety culture is that employees handling an emergency situation must act with confidence and independently make proper decisions for the sake of passengers and their colleagues, based on the ANA Group Safety Principles. Passing down this culture to future employees to fulfill our social responsibility of maintaining safety is our paramount mission.

In July of this year, we hold our annual Talk Safe events to provide opportunities for a wide range of the Group's members in Japan and abroad, from new employees to managers, to discuss routine safety measures as well as new initiatives. We have held the event for over 30 years and plan to continue it long into the future so we can preserve ANA's corporate culture that puts safety above all else.

This summer, I will personally visit sites where accidents involving ANA's aircraft occurred in the past, to reaffirm my commitment to safety and strengthen my resolve to guarantee it. I will also write "safety" on the small piece of paper we offer at the Tanabata Festival held across Japan every summer. And I will work together with all ANA employees to ensure the safety of every flight, so that my wish will come true.

Now that the summer season has finally arrived, everyone at ANA is looking forward to seeing the smiling faces of our passengers onboard. Thank you for flying with us today.

TSUBASA GLOBAL WINGS

7 2024 July

CONTENTS

Cover Photo／Ayumi Yoshida (Wakayama)

Welcome Aboard
Greetings from President & CEO
004 游目骋怀　社长致辞

Wakayama
Exploring the birthplace of Japanese flavors
006 和歌山　寻访日本料理之味的诞生地

Amazing “Local Premium” Finds by ANA Employees!
020 员工的发现!各地精品推介

Exploring 47 Japanese Folk Monsters
Saitama: Tales of Princess Oto-hime
日本47妖怪散步
022 埼玉:与河道相连的龙宫城有乙姬传说

Aichi: Outdoor beach sauna with airplane landing and takeoff views
026 爱知:从海滩上的户外桑拿眺望飞机的起降

Wings Style
CA instructors training first-rate new talent
翼之流仪
教练们悉心培养
028 一流的空乘人员

ANA Group Information
032 全日空　最新消息

Photo／Seiya Ando (Aichi : Steamers Beach & Sauna)

Publisher: All Nippon Airways Co., Ltd. Editorial: Kobunsha Co., Ltd.
Managing editor: Koji Tanabe Editor: Katsushi Nimura Supervisor: Manoue Yamashita
Editors: Sakurako Nakano, Misaki Yamashita, Takeshi Nakamoto,
Miki Kojima, Hiroko Hattori, Marie Takada,Lisa Fujisawa
Designers: Junichiro Matsuzawa, Naomi Ishikawa (Kamegai Design Office),
Masakazu Yamamoto, Jiro Nozaki, Ayahiko Kondo (Studio Give),Keishi Tsukahara (Trimdesign),
Nozomi Yokoyama,Hiroshi Kitta(attik), Masayuki Suzuki (S design inc)
Editorial assistance: Kenji Kawamoto, Yuko Tokoro (Castnet Co., Ltd.)
Translation: Bravoworks Inc. Modis Design Inc. Printing: Kyodo Printing Co., Ltd.
Editorial inquiries:Kobunsha Co., Ltd. / TEL: 03-5395-8150
Advertising inquiries:ANA X Inc., Daily Life Business Department / E-mail: ml_notice_anamedia@ana-x.co.jp

Copyright © All Nippon Airways/Kobunsha 2024
Unauthorized reproduction or reprinting of the photos and articles in publication is prohibited.

All prices that appear in this publication are tax inclusive.

NETWORKING WITH UNICORNS OVER MAPLE APPLE WINE IN MERMAID GARDENS BY THE FINANCIAL FISH MARKET.

One Star Alliance ticket. Limitless travel possibilities.

Visit up to 15 cities across the globe on a single Round The World ticket with Star Alliance. Imagine your journey and make it a reality—all in just a few clicks.

Book your Round The World ticket at
staralliance.com/rtw

STAR ALLIANCE
TOGETHER. BETTER. CONNECTED.

AEGEAN | AIR CANADA | AIR CHINA | AIR INDIA | AIR NEW ZEALAND | ANA | ASIANA AIRLINES | Austrian | avianca
brussels airlines | CopaAirlines | CROATIA AIRLINES | EGYPTAIR | Ethiopian | EVA AIR | LOT POLISH AIRLINES | Lufthansa | SAS
Shenzhen Airlines | SINGAPORE AIRLINES | SOUTH AFRICAN AIRWAYS | SWISS | TAP AIR PORTUGAL | THAI | TURKISH AIRLINES | UNITED

TSUBASA GLOBAL WINGS

ANA Inspiration of JAPAN | A STAR ALLIANCE MEMBER

7
The Inflight Magazine
of ANA Group
July 2024
No.661

Wakayama
Exploring the birthplace of Japanese flavors

Exploring 47 Japanese Folk Monsters
Saitama: Tales of Princess Oto-hime

Wings Style: CA instructors training first-rate new talent

和歌山
寻访日本料理之味的诞生地

日本47妖怪散步
埼玉：与河道相连的龙宫城有乙姬传说

翼之流仪
教练们悉心培养一流的空乘人员

翼の王国
日本語版は
こちら

Take me home!